أيدا لوشان

أزمة منتصف العمر الرائعة

ترجمة: سهير صبرى
تقديم: أ.د/ يحيى الرخاوى



أزمة منتصف
العمر الرائعة

العنوان الأصلي للكتاب

The Wonderful Crisis of Middle Age:

some personal rehections

Eda Leshan

أزمة منتصف العمر الرائعة

إيدا لوشان

ترجمة: سهير صبري

الطبعة الأولى ١٩٩٧

دار شرقيات للنشر والتوزيع

٥ ش محمد صدقي، هدى شعراوي

باب اللوق القاهرة

ص.ب: ٢٦٩١٩٨ - ت: ٣٩٠٢٩١٣

غلاف وإخراج: ذات حسين

لوحة الغلاف: مارك شاجال

رقم الإيداع ٩٥/٧٢٤٢

الترقيم الدولي: ISBN 977-5406-75-7

أزمة منتصف العمر الرائعة

إيدا لوشان

ترجمة : سهير صبري



شرقيات

مقدمة ورؤية

أ.د. يحيى الرخاوي

هذا كتاب سلس، يسري إلى الوعي في هدوء متسحب لكنه يملأ فراغًا لابد أن يُملأ به وبمثله، وهو كتاب مما يمكن أن يسمّى خبرة مجرّب (لانصائح طبيب) قدّمت كاتبته الأمريكية: إيدا لوشان به لنا ما عاشته هي شخصياً بعد أن أضافت له ما نجحت أن تستطلعه من معارفها وما نجحت في استيعابه من قراءاتها، أو قد صاغت كل ذلك بطريقة أقرب إلى السيرة الذاتية التي يمكن أن تأخذ طابع الرواية بشكل أو بآخر.

وهو كتاب شديد التفاؤل، رغم خفوت صوته وصدق موضوعيته بل وقسوة مواجهته لما هو واقع، بما هو، كيف هو، فهو لا يقدّم لك الوعود بقدر ما يحدد لك المعالم، ثم هو يحاول الاستفادة من المعلومات المتاحة، والتجارب المماثلة بالقدر الذي يصل للقارئ في هذه المرحلة من العمر بالذات.

وهو ليس كتابا يقرأه من هم في منتصف العمر فحسب، بل إنه كتاب يمكن أن يقوم بدوره لمن تخطى هذه المرحلة ليدخل ما يسمّى مرحلة الشيخوخة، بل إنه قد يكون كذلك إعداداً طيّبًا لهذه المرحلة— بطريق مباشر أو غير مباشر — لمن هم من الشباب، فمراحل العمر متداخلة بشكل لايمكن تناول إحداها منفصلة عن الأخرى.

ومرحلة «منتصف العمر» هي مرحلة مظلومة من حيث الانتباه إليها باعتبارها جديرة بالدراسة والتركيز والتحديد والتعرّف والإنارة، ذلك لأنها تعتبر صراحة أو استنتاجا — مرحلة الفتوّة والاكتمال والنضج، وكأنها بذلك قائمة بذاتها قادرة على تنظيم إيقاعها دون نصح أو إرشاد أو توجيه، كما أنها تبدو أقوى من أن تحتاج إلى التنبيه لتجنّب مشاكلها، والانتباه إلى نقاط ضعفها، وإن كان في هذا الزعم بعض الحقيقة من حيث أن بها قدراً طيبًا من الفتوة والتكامل والنضج، فإنه ليس كل الحقيقة، لأن بها قدراً كبيراً (أو أكبر) من الانشغال ونسيان النفس، والقهر الروتيني والمكاسب الزائفة، وكل ذلك يعرّض الإنسان فيها أن ينهمك حتى ينسى أمرين أساسيين بدونهما لايكون هناك معنى للفتوّة أو النضج، ينسى أولاً: أن يتمتع بهذه المرحلة في ذاتها لذاتها، بأن يقطف ثمار القدرة والاستقلال والحرّية، ثم هو ينسى ثانياً: أن ينتهز هذه المرحلة من القوة والقدرة ليعد نفسه للمراحل التالية التي هي أكثر ضعفا وأولى بأن تستعين بما تم تخزينه في مرحلة وسط العمر الفائقة الثراء والعطاء.

ومرحلة منتصف العمر ليست قصيرة، بل إنها أطول مرحلة في الحياة إذ تمتد من سن العشرين إلى سن الستين، (أربعون سنة بالتمام) وهي تقسم إلى منتصف العمر الباكر (٢٠ – ٤٠) ومنتصف العمر المتأخر (٤٠ – ٦٠)، والكتاب يعنى بالمرحلة الأخيرة (من أربعين إلى ستين) أكثر من عنايته بالأولى،

وعنده حق في ذلك. والكاتبة كتبت الكتاب في سنتين، وكان عمرها شخصياً من الثامنة والأربعين إلى الخمسين، وقد ركّزت على هذه السن بوجه خاص.

وقد تناول الكتاب – ربما من منطلق السيرة الذاتية– مشاكل المرأة بوجه خاص في هذه المرحلة من العمر وخاصة أنها المرحلة التي ينقطع فيها الطمث وينتهي دور المرأة كمعمل تفريخ للأطفال وهو ما كان يسمّى (إهانة وجهلا) : سن اليأس: وقد رفعت الكاتبة هذا الوشم الغبي عن هذا السن وأعادت للمرأة دورها الإنساني والإبداعي والوجداني الممتد ما امتدت بها الحياة، والذي يمكن أن تنضج أشهى ثماره في هذه المرحلة «منتصف العمر»، ولم يمنع هذا التركيز على المرأة في هذه المرحلة بأن تنظر الكاتبة نفس النظرة الموضوعية إلى الرجل في هذه السن، فتحاول الكاتبة أن ترحم الرجال من ظلمهم لأنفسهم من حيث استغراقهم في دور مفرط الرجولة (الظاهرة) مفرط المسئولية، مع احتمال الإفراط أيضاً في كل من الغرور والاغتراب وينبههم الفصل المعنون بصراحة «ظلم الرجال لأنفسهم»، ينبههم إلى أن يكفوا عن هذا الظلم لصالح أنفسهم، وبطريقة تلقائية لصالح من حولهم نساء وأطفالا، فيدعوهم إلى الإبداع والحرية والبدايات الجديدة من خلال ما امتلكوا من قدرات وما تخلّصوا من اعتمادات وضعف وأوهام.

ثم أن الكاتبة أيضا تتناول ثورة الشباب وشطحاتهم («هبيزّيتهم») برفق متسامح، وهي تتناول النقلة بين الأجيال بنفس السلاسة التي يتصف بها الكتاب عامّة وهي لاتقارن فقط بين جيلها وجيل ابنتها، بل بينها وبين الجيل السابق والأسبق. وشعورها بالزمن وتأثيره على المعتقدات ووجهات النظر هو شعور فائق الرهافة، وحين تشرح وجهة نظر الشباب تتقمّصهم بشكل واع وبصدر رحب، ولكن دون تصفيق أو تثوير زائف.

وحين تتناول الكاتبة المؤسسة الزواجية، أكثر المؤسسات الاجتماعية والدينية ضرورة، وفي نفس الوقت هي أكثرها عرضة للنقد والتصدع والصراع تتناولها في هذه المرحلة التي تعتبر مرحلة تقييم لاحقة، فالزواج لاتنضج ثماره، وكذلك لاتظهر أمراضه صريحة وخطيرة قدر ما تظهر في هذه المرحلة من العمر، وبرقّة شديدة، وحرية محسوبة، تدخل الكاتبة إلى منطقة العلاقات الأخرى التي تهدد الزواج، وفي نفس الوقت تعرّي عيوبه، وتظهر منها ما يتفق مع المجتمع الغربي خاصة، وربما المجتمع الأمريكي بصفة أكثر خصوصية. والكاتبة لاتقوم خطيبة واعظة تجاه هذه المسألة (الخيانة الزوجية) أو تجاه أي مسألة أخرى، ولكنها تقول ماترى، وتقرر ما يفيد، وتحذّر من غير ذلك.

وحين ترفع الأقنعة الاجتماعية (والنفاقية، والاغترابية) الواحد تلو الآخر، ترفعها أيضا في حذر، وبالنسبة لتجربتها الشخصية ترفعها مستعينة بخبرتها الشخصية من خلال تجربة العلاج النفسي، وهي لاتخجل ولا تتردد في إعلان ترددها على هذا الخبير الفني الذي ساعدها أن تنزع أقنعتها الواحد تلو الآخر بشكل هادئ أقرب إلى تبديل جلد قديم حين ينمو الجسد الداخلي ليصبح أكبر من هذا الغطاء المرحلي، وبعد أن يكون قد كوّن جلدنا غطاء جديدا أكثر شفافية ومرونة، وهي حين تعترف بترددها على المعالج النفسي أكثر من عشرين عاماً لا تقر ذلك كأسلوب أمثل لعبور هذه المرحلة من العمر بأكبر قدر من السلامة والإنجاز وإنما هي تحكي ببساطة ما حدث لها شخصيا، وأن هذا الذي يسمّى علاجاً نفسياً ليس بالضرورة ما يقدمّ لمريض حتى يشفى (لم أكن أبداً مريضة نفسية أو عصابية)، وإنما –كما هو مطروح في حالتها– هو بمثابة تسهيل عملية نموّ طبيعي، في صحبة فنان حاذق يعرف معنى للحياة يمكن أن يشاركه فيه من يسأله العون، كما يمكن أن يشتركا معا في اكتشاف ما هو أحسن. وفي هذا الفصل الذي يمكن

أن يعدّ نقدا موضوعياً ينقل وجهة نظر «المنتفعين» بهذه الحرفة الفنية المسماة «العلاج النفسي» تقف الكاتبة موقفاً يتصف بأكبر قدر من العدل والموضوعية، فهي ترفض المعالج النفسي «السمسار» والمعالجة «أمّنا الغولة» والمعالج المسجون في نظرية واحدة يريد تطبيقها بغض النظر، والمعالج المبتعد، والمدّعي الحياد، وفي نفس الوقت، تحدد معالم المعالج الواضح، البسيط (دون تسطيح) المواكب دون تحديد مسبق لوجهة بذاتها، الذي ينتقي من معارفه المتنوّعة ما يناسب كل مستشير (أو مريض) بشكل يسمح بالحركة والمراجعةوالاستمرار، وحين تصف هذا النوع من الحرفية العملية الفنية معاً (العلاج النفسي) بأنه «الفن غير المحدد»، تضع يدها – ويدنا– على بعدين يغفلهما كثير ممن يمارسون (أو يتصورون أنهم يمارسون) هذا النوع من العلاج، فهو أولاً «فن» (وليس علماً تطبيقياً جافا)ً ثم هو ثانياً «غير محدد» (فهو ليس تقنية مبرمجة محسوبة نتائجها مسبقا)، ولكنّ هذا– كما اتضح للكاتبة وأوضحته، ليس أبدا منافيا لضرورة إلمام هذا المعالج بكل المتاح من مدارس وفروض وعلم وإحصاءات، غير أن هذا كلّه لابد وأن يصهر في بوتقة إنسان متفرد (المعالج إنسان)، يوصل ما يراه مناسباً باجتهاد وإبداع وحوار متصل مع كل فرد بشكل مختلف بحسب ما يصله من هذا الفرد بالذات، ومعه. (كل ما يمكنني تقديمه هو صحبتي لك في مغامرة لايعلم أي منا إلى أين تأخذنا، ولكني أعتقد أنه يمكنني مساعدتك على أن تجد طريقك)، وبمنتهى الموضوعية تشير الكاتبة إلى حقيقة ينكرها غالبا من يمارس هذه الحرفة، وهي أن المريض (أو العميل) قد يتفوق على معالجه (رغم أن ذلك عادة ما يتم من خلال معالجة الأقل نضجاً) والمعالج النابه المتواضع يمكن أن يستفيد من أستاذه هذا الجديد بدلا من أن يعتبر مريضه أوعميله (قد زوّدها حبتّين أو أكثر) إذا هو عرَف أكثر منه أو نضج أكثر منه.

وحين تعرج الكاتبة إلى الإشارة إلى العلاجات الأخرى التي لم تمارسها شخصياً، مثل العلاج الجمعي، وخاصة ما يسمّى علاج المواجهة، تفعل ذلك بتواضع وحذر، وتشير إلى ما سمعت عن كل نوع من إيجابياته ومخاطره دون أن تتخذ موقفا حكيما فوقيا أبداً.

ثم تشير الكاتبة إلى الظروف الموضوعية التي تجعل من مرحلة منتصف العمر هذه «فرصة حقيقية لنهضة محتملة»، وهي تتواضع حين تسميّها نهضة، لأنها يمكن أن نعتبر «إعادة ولادة» بكل ما يعنيه هذا التعبير من تغيير كيفي، واكتشاف، وطزاجة، وانطلاق، وإبداع، أمّا الظروف التي أشارت إليها فهي ما يعتبره الواحد (والواحدة) في هذه المرحلة من الصعوبات أو السلبيات، فهذه الصعوبات أو السلبيات هي التي يمكن أن تكون الباعث إلى البدايات الطيبة، والإشراقات المتجددة: فانفصال الأولاد، وإعلان فتور العلاقة الزوجية أن ووفرة الوقت الذي يسمح بالتفكير والمراجعة الخطرين، وامتلاك القدرة التي تسمح باختبار الحرية، كل ذلك يعتبر من تحديات هذه المرحلة التي ينتج عن الاستسلام لسلبياتها نهاية بائسة لإنهاك مغترب، أما إذا التقط الإنسان كل هذا ليجعل منه فرصاً متجددة، ومساحة ممتدة، فهذا ما تدعو إليه الكاتبة في جوابها على سؤال «هل يمكن أن تحدث نهضة– في هذه المرحلة» فاستقلال الأبناء يسمح لنا بمواجهة أنفسنا، والقدرة تسمح لنا بممارسة حرّية أوسع– بدلاً من الخوف من الاختيار، وفتور العلاقة الزوجية ينبهنا إلى أخطاء قديمة متراكمة أكثر مما يدفعنا إلى تبرير التعاسة والبحث عن بدائل، وهكذا.

والكاتبة وهي تتناول هذه المرحلة تعرج بين الحين والحين إلى التأكيد على توثيق العلاقة بين الصحة الجسدية، والتناول الإيجابي لهذه المرحلة من الناحية النفسية والاجتماعية والإبداعية، ولعل مما ساعدها على ذلك أن زوجها كان طبيباً وباحثاً أكاديمياً في نفس الوقت، فهي تستشهد بحواراتها معه، وبنتائج أبحاثه أحياناً عن علاقة السرطان باليأس بإرادة الحياة، وهي تفعل ذلك بنفس الطريقة السلسة التي تميز هذا العمل، فلا

تعرض أرقاما جافّة، ولا تنتهي إلى وثقائية دامغة. ويبدو الدور الإيجابي الذي لعبه الزوج الطبيب في حياة الكاتبة، بل في كتابها، يبدو واضحاً تماماً فهو ليس زوجا تقليديا سجين غروره الطبي أو أبحاثه المعملية أو أوهام تفوقه الاجتماعي، لكن– بقدر ما وصفت– هو شريك يمارس حريته وتفرده في صحبة هذه الزوجة اليقظة المواكبة، فيشتركان في المغامرة والشجاعة، والحرية والمراجعة بأقل قدر من الامتلاك والقهر، ورغم عدم ورود تفاصيل كافية إلا أنه بدا لي أن هذا الزوج قد شارك في «كتابة» حياة الكاتبة، مما أتاح لها كتابة هذا الكتاب.

وفي الفصل قبل الأخير المعنون بـ «الإرادة» لم تتشنج في إقحام معنى الإرادة السطحي الذي يتطلب صوتاً عالياً، و«حذقا» متصلاً، وإنما راحت تنبه إلى ضرورة الاختيار الصحيح، فالإرادة وردت بمعنى التأكيد على توضيح أن ثمة فرصة حقيقية للاختيار، وليس بمعنى التصميم الأحادي الجانب أو التعويض الإنجازي، فإدراك أن «الموت» قد صار يعني حقيقة محتملة في أي لحظة، وليس معنى مجرداً نتحدث عنه دون معايشة، وإدراك أن الأولاد قد استقلوا، وإدراك أننا ما زلنا نعيش رغم ذلك، كل ذلك إذا تمّ بوعي مسئول، فإن الاختيار يصبح بين الاستسلام، والبعث بشروط جديدة، في ظروف جديدة، وهذا ما عرضته الكاتبة قبل أن تختم كتابها هذا السلس في الفصل العاشر والأخير الذي هو بداية أكثر منه خاتمة، فحتى عنوانه يعلن ذلك صراحة «اليوم هو أول أيام عمرنا القادم».

هذا عمّا للكاتبة والكتاب.

يأتي دور المترجمة، فقد جاءت الترجمة سلسة بقدر ما كان الكتاب سلساً، ولا أدري أيهما أدّى إلى الآخر، هل الترجمة أسلس من الأصل، أم أن سلاسة الكتاب فرضت على المترجمة هذه الطلاقة الواضحة، ولابد من وجود صعوبات واجتهادات لإعادة الصياغة، لكن ما وصلني بصفة عامة أنها ترجمة موفقة تماماً حتى لقد ينسى القارئ أن الكتاب كتب أصلاً بالإنجليزية.

ثم لابد من الوقوف على بعض مايهم القارئ العربي خاصةً وهو يقرأ هذا الكتاب، فليس معنى أن الكتاب بهذه السلاسة والموضوعية، وأن الترجمة بهذه الطلاقة والدقّة، أن كل ماجاء فيه لامأخذ عليه، أو أن المعلومات الواردة فيه هي مسلمات يمكن أن تؤخذ هكذا بلا تحفظ، وقد انتبهت الكاتبة إلى ذلك حين اكتشفت أن ثمة فرقاً ظهر لها خلال سنتين بين بداية كتابة الكتاب وقرب الانتهاء منه، فماذا لو أنها كتبت نفس الكتاب الآن، ليس بعد أن بلغت عامها السبعين، ولكن بعد مرور عشرين عاماً. إننا لابد أن نتوقع أن نظرتها وآراءها سوف تناسب ما حدث خلال هذه الفترة، وعلى ذلك وما دامت الترجمة تظهر بعد هذه الأعوام كلها فلا بد لقارئ هذا الكتاب بالعربية أن يضع توقيت كتابته في اعتباره، هذا من الناحية الطولية (التاريخ)، أما من الناحية العرضية (الثقافة والجغرافيا) فعلى القارئ أيضاً أن ينتبه معظم الوقت إلى تشابه الخبرات الإنسانية عامّة بقدر انتباهه إلى الاختلافات الثقافية والإثنية والبيئية، فلا توجد إشارة إلى التدين أو التصوف بالمعنى الذي تمارسه الغالبية في الشرق عامة، وفي بلاد العرب ومصر خاصة والذي يميز هذه المرحلة بالذات، ولا توجد إشارة إلى موقف الأسرة الممتدة (الكبيرة) الذي مازال يمثل حضورا له قيمته الدالّة إحصائياً عندنا، ذلك الحضور الذي يسمح بمسافة أقرب، وربما بحوار أنشط بين أجيال متجاورة، وهكذا

وفي النهاية أعتقد أن هذا الكتاب عمل أدبي في المقام الأول، وأن الكاتبة قد شعرت في النهاية أنها مؤهلة بعد هذا الكتاب أن تكتب روايتها الأولى (فهل ياترى فعلت؟) وإن كنت أرى أن أعظم ما أبدعته هي حياتها هي نفسها، وأعتقد أن ذلك كان يمكن أن يكفيها فخراً ويغنيها إبداعًا، لولا أن فاضت الخبرة فوجدت القلم الماهر جاهزاً لتسجيلها لتعم أكبر عدد من البشر.

وما أحوجنا ونحن في ظروف أكثر تعقيداً، نرزح تحت قهر أكثر تنوعا، نمارس نقلات أشد عنفاً وأخطر تهديداً، ما أحوجنا أن نستجمع قدراتنا التي تكتمل بحق في منتصف العمر لنفيق من استسلامنا لقهر الماضي وضعف الاعتمادية الطفلية فنقتحم الحاضر في عنفوان الفتوة ووعود الحرية.

لامفر من المخاطرة، ولابديل عن أن نحيا بحق متى استطعنا،
وخير المراحل التي تعد بالقدرة والإبداع هي مرحلة منتصف العمر،
لعل وعسى.



الفصل الأول

ما وجه الروعة؟

أبدأ هذا الكتاب وأنا في الثامنة والأربعين من عمري، أي في منتصف العمر تقريباً كما ترون وقد مرّت منه خمسة عشر عاماً وبقي عشرون عاماً– إذا كنت من المحظوظين– قبل أن أصير عجوزاً.

وأنا في هذه السن– لا يمكنني احتساء القهوة بعد الثالثة بعد الظهر إذا كنت أريد أن أنام في الليل، وإذا تناولت ساندوتش من البسطرمة في العشاء أشعر بتعب في الكبد عند الفجر، ولم يعد في وسعي تناول البصل أو الفلفل الأخضر منذ خمس سنوات وإلا شعرت بآلام بالقولون لا يمكنني وصفها– هذا إلى جانب بداية ترهل خطوط الذقن، والشعر الأبيض الذي يظهر قبل كل (صبغة)، ناهيك عن صوت المفاصل عند الاستيقاظ من النوم– وأعتقد أني في غير حاجة لمزيد من التفاصيل لمن بلغ من العمر الحد الذي جعله يتناول هذا الكتاب.

لماذا إذن أصف منتصف العمر بأنه رائع؟ .. هل أنا أمزح أم أني قلقة بشأن الكبر حتى أني أنكر وجوده.

أقول إنه بالإضافة إلى ما ذكرته من أعراض التدهور التدريجي فإليكم الحقائق التالية:

نشر لي أول كتاب عندما كنت في الثالثة والأربعين، وهذا هو كتابي السابع، وبدأت أظهر بانتظام في برنامج تليفزيوني عندما بلغت السادسة والأربعين، وفي الثامنة والأربعين أصبح لي برنامج تليفزيوني تعليمي – وهو البرنامج الذي أضع فيه حصاد خمسة وأربعين عاماً من اللقاء والحوار مع الآباء والذي حرصت أن أضع فيه كل ما تعلمته عن ذاتي وعن أحوال البشر، أصبحت الآن أفهم وأستمتع بأمومتي على نحو أفضل، وفي السنوات الخمس الأخيرة صار حبي لابنتي أعمق مما كان عليه في الخمسة عشر عاماً السابقة، وأصبحت أرى في دور الزوجة أبعاداً أكثر جاذبية وتعقيداً عن ذي قبل، ومنذ بلغت الأربعين عرفت عن نفسي وعما أريده في الحياة أكثر مما عرفت في عمري السابق كله، أعمل جاهدة من أجل اكتشاف الذات، وأعتقد أنني اليوم لديّ الشجاعة لهذا الصراع أكثر من أي وقت مضى.

كنت دائماً أفكر في كتاب عن منتصف العمر، ولم أكن قد اهتديت إلى العنوان المناسب له.. العنوان الذي يعكس جوهر الموضوع الذي أريد أن أتحدث عنه، وفجأة – وفي لحظة من اليأس التام كنت أشعر فيها بالبؤس والضيق اهتديت إلى هذا العنوان، فهل كان ذلك من قبيل المصادفة؟

لا أعتقد ذلك، فحتى في أشد اللحظات التي يغمرني فيها الإحساس بالحزن والانهزام أدرك أن ما أمر

به ما هو إلا مزيد من النمو، مزيد من الوعي، مزيد من اكتشاف معنى أن تكون إنساناً، وتلك هي روعة أزمة منتصف العمر.

[إن التحدي الذي تقدمه هو أعظم فرصة تمنح للإنسان لكي يصبح أكثر صدقاً مع الحياة ومع ذاته].

أخبرتني صديقة أنها قامت بجولة في السوق مع ابنتها التي تبلغ السادسة عشر ربيعاً وكيف أن ابنتها كانت ترتدي حذاءً جديداً يؤلم قدميها وترفض أن تستبدله بحذاء قديم مريح كان بالمصادفة معها خشية رأي الآخرين فيها، هالني كم الألم الذي تحملته الابنة خوفاً من رأي الناس.

وتلخص هذه القصة الفرق بين فترة النمو الأولى- أي المراهقة- والفترة الثانية التي تأتي في منتصف العمر، وقد وصف العالم النفسي د. كارل يونج هذه الفترة بأنها المرحلة التي يبتعد فيها البعض- غالباً في سن الأربعين أو الخمسين- عن الاهتمام برأي الآخرين فيهم ويكون اهتمامهم منصباً على نمو الذات، أو بعبارة أخرى يهتمون بحسن تقديرهم لأنفسهم.

في فترة الطفولة تكون الحاجة إلى الآخرين مسألة حياة أو موت فلا يمكنك الحياة إلا إذا حظيت برعاية الكبار إذ إنك تكون في أمس الحاجة للحب والرعاية، وفي هذه الفترة نقوم بآلاف الاختيارات غير الواعية - الاختيار بين أن نحيا وفق ما تتميز به طبيعتنا من خصوصية وتفرُّد أو أن نرضي أحلام وآمال آبائنا وكل الكبار الذين يرعوننا، فمن النادر أن يستطيع الطفل أن يرضي نفسه (أن يكون نفسه) وأن يرضي من يحتاجهم أيضاً، بل في معظم الحالات وبدرجة متفاوتة تنازلنا جميعاً عندما كنا أطفالاً، وسعينا حثيثاً لكي نصبح ما يريده لنا الآخرون. ولأننا كنا صغاراً ولم تنضج عقولنا عصبياً بعد، ففي كثير من الأحيان كنا نسيء فهم ما يريده منا الأخرون ونتنازل دون داع. وكان الكبار يسرون عندما نكون «شاطرين» ويغضبون عندما نكون «وحشين»، لذا فقد ركزنا على طا قاتنا على أن نكون على صورة دون الأخرى -كما لو كان ذلك ممكناً، وكانت رؤيتنا لما يريده منا الكبار لا علاقة لها بالواقع. فمثلاً قد يقول أحد الآباء لابنه: لا أدري لماذا ماتزال بحاجة إلى إضاءة الغرفة ليلاً. لقد كبرت على ذلك، ونصل من ذلك إلى افتراض غير حقيقي وهو «لكي أكون قوياً وشاطراً يجب أن أكون أشجع مما أشعر به الآن» وقد لا يدرك الآباء وقع تلك الكلمات على الأطفال الذين يفكرون دائماً على نحو واضح ومحدد ويخلعون على الكبار صفات من الحكمة والقوة قد لا تكون موجودة بالفعل.

كنا نشعر أنه لكي نكون (شاطرين) يجب أن نلزم الهدوء، وكنا نشعر أنه لكي نحب يجب ألا نغضب، وكنا نشعر أنه لكي يرضى عنا يجب أن نتعلم السباحة حتى لو كنا في رعب منها، وأن نقرأ ونكتب، وأن نجمع ونطرح لأن المعلمة لن تحبنا حقاً إلا إذا كنا نعرف الإجابات الصحيحة.

وبلغنا مرحلة المراهقة بمفاهيم خاطئة ومضطربة عن معنى أن يكون الفرد نفسه ومعنى أن يكون إنساناً، وأثناء تلك السنوات العاصفة الثائرة كان علينا أن ننفض غبار الأفكار والاتجاهات التي تشربناها حتى النخاع، وكان علينا أن نتوافق مع مفاهيمنا السامية غير الدقيقة عن الكمال البشري، وكان علينا أن نحاول حل مشكلة اعتماديتنا لكي نتمكن من أن نبدأ الصراع الطويل العنيف نحو استقلاليتنا ومسئوليتنا الشخصية عن انفسنا، لقد بلغنا مرحلة المراهقة بتوقعات تفتقر إلى الواقعية والمرونة عن أنفسنا وعن الآخرين. وفي أثناء

المراهقة (ترق) شخصياتنا لكي نتمكن من إعادة تنظيم الذات، ولكي نتمكن من أن نكتشف من جديد: من نكون وما معني أن يصبح المرء إنساناً بكل ما تعنيه الكلمة.

ولكن المراهقة الأولى يستحيل أن تكون إعادة تنظيم كامل لذاتية الفرد، فبالرغم من كل الحركات التحررية البهلوانية التي تواكبها فإننا مانزال صغاراً وبحاجة للقبول والمساندة، لذلك لا نتحرر تماماً من كل (المفروض) الذي تعلمناه في الطفولة، ويشغلنا ارضاء الآخرين أكثر من إرضاء أنفسنا -والآخرون هنا- ونحن نبتعد عن قيم وتوقعات الآباء- هم أقراننا الذين غالباً ما يكونون أكثر تطلباً من الآباء، وهكذا نطلب السلوى من مراهقين آخرين يشاركوننا نفس الحيرة ونقص الثقة بالنفس فنتنازل مرة أخرى ونحن نحاول أن نضع تصورنا عن أنفسنا في أي إطار يكون ذا قيمة في هذه المرحلة من النضج، فقد يسعى العقلاني ذو الميول الثقافية الذي لا يتمتع بتوافق عضلي لأن يصبح رياضياً، وقد يسعى المنطوي لأن يحيا حياة حافلة وقد يسعى الخجول الهادئ الجاد إلى أن يصبح مهرجاً. ونظرا لأن نضجنا في هذه الفترة يكون جزئيا فقط، ولأنه في صراعنا من أجل ذاتيتنا نكون ضعافاً رهافاً فإنه من المنطقي أن نختار الاهتمام بما يريده ويتوقعه منا الآخرون.

بالطبع كانت لنا اختياراتنا الشخصية، فقد اخترنا عملنا وأزواجنا، ونمط حياتنا، وكان لنا أولادنا، واخترنا طريقتنا في تربيتهم، واخترنا بيوتنا وعاداتنا وأصدقاءنا، واخترنا مثلنا وأهدافنا. ولكن يبدو أن العقود الأولى من النضج تكون شديدة الازدحام حتى أننا نادراً ما نجد الوقت لكي نجلس ونتفكر أو نتساءل ماذا نحن فاعلون بحياتنا ولماذا؟

وأعتقد تماماً أن النضج الأعمق مايزال أمام من هم في منتصف العمر، فنحن الجيل الذي تعرض لغسيل المخ ليعتقد أن النمو الحقيقي يحدث فقط أثناء الطفولة، ولكننا أصبحنا في السنوات الأخيرة نرفض فكرة أن النمو والتعلم والتغير هي امتيازات للطفولة فقط، بل العكس تماماً هو الصحيح فما يحدث لنا (بعد) سن الواحد والعشرين لا يقل أهمية وخطورة عما حدث لنا قبل هذه السن.

إن التحليل النفسي بسبره أغوار (سنوات التكوين) قد أدى إلى تشويه رؤيتنا وقادنا إلى الطريق السهل من الاعتقاد بالجبرية المطلقة. فالكثير منا وقد نشأ في ظل الثورة التي حدثت في علم النفس في الخمسين عاما الماضية، يصل إلى الخلاصة الخرقاء من أنه حيث إن معظم توجهاتنا وقيمنا الأساسية تعود بجذورها إلى خبرات الطفولة، فإننا نتوقف عن القيام باختيارات حقيقية ذات معنى ونحن كبار.

إن هذا لبعيد تماماً عن الحقيقة، بل إن من يختار الاختيار الحر الواعي بأن يستمر في النضج، فإن منتصف العمر هو الفترة التي يمكن للمرء فيها أن يكون ذاته بكل العمق والصدق، ففي هذه المرحلة من الحياة، قد أصبحنا في غير حاجة إلى أو رغبة في الاعتماد على الآخرين، وأصبحنا أكثر استقلالية عن أي وقت مضى وأي وقت سيأتي، وأصبح بوسعنا أن نكتشف طبيعتنا ،نؤكد تفردنا، في هذه المرحلة يمكن للمرء أن يكون ذاته أكثر من أي وقت مضى، فلم نعد في حاجة للتنازل من أجل الحب والقبول، وبالإضافة إلى ذلك فإننا نملك -من أجل إعادة التقييم- كل القوة والنضج والحكمة التي جمعناها خلال (الكثير الذي عشناه).

وبطبيعة الحال، فإننا نحمل معنا بعض الأحمال الثقيلة من الطفولة، فإذا حدث أن فقدنا الصلة بما

كان خاصاً وفريداً فينا ونحن أطفال، سيكون علينا أن نبدأ في لعبة البحث عن الكنز لنعرف من نكون حقاً، وقد نحتاج لمساعدة شخص يمكنه أن يقودنا في هذا الطريق (سوف أتحدث عن ذلك فيما بعد). وأحب هنا أن أذكر عقبة أساسية تقف في طريق رحلة النضج ألا وهي الفكرة التي حملناها معنا منذ سنوات الطفولة المبكرة من أن الحياة تسير وفق ترتيب ومنطق، ويمكن أن نضع ذلك تحت العنوان التالي: «من يسلك سلوكاً حسنا سوف يثاب».

لقد كان هذا الوعد هو أكثر الوعود انتشاراً وأكثرها استحالة في مرحلة الطفولة، إننا (يجب) أن نكون طيبين حتى يكون الآخرون طيبين معنا، و«يجب) أن نذاكر جيداً حتى نكون من الناجحين، و(يجب) أن نقول الحق دائماً حتى نكافأ بالحب والقبول، وجميع أفراد الأسرة (يجب) أن يتحابوا. وبذلك كوّنا مزاعم عن الحياة وأصبحنا نؤمن بوجود صفقات لا وجود لها.

فالطيبون من الناس كثيراً ما يقهرون ، وبعض من يتمتعون بالمال والنفوذ قد ذاكروا أقل ما يمكن، وأحياناً لا يحب أفراد العائلة بعضهم بعضا، وفي بعض الأحيان يتسبب قول الحق في مشاكل لا نستطيع معالجتها.

في الواقع لا توجد أي درجة من الترتيب أو التنبؤ بالنهج الذي ستنتهجه حياتنا ومعظم الوقت نجد أنفسنا مكبلين بتوجهات تشعرنا بالغضب والمرارة، فإذا حملنا تلك المخلفات معنا من الطفولة إلى منتصف العمر، نكون في مشكلة حقيقية، أما إذا تمكنا من إعادة النظر بعمق وبصدق في كل (المفروض) الذي كبلنا به فستكون أمامنا فرصة لنفض هذا الحمل الثقيل. فنحن نشعر أننا (يجب) أن ننال السعادة بعد أن عشنا حياة تحملنا فيها الكثير من الشقاء وإنكار الذات –ولكن مثل هذه القاعدة لا وجود لها في العالم، فإذا تمسكنا بهذا الزعم حكمنا على أنفسنا بالإحباط الأبدي. وقد يقول والد «لا أدري .. لقد منحنا ابننا كل الفرص، ورعيناه أفضل رعاية، وأدخلناه أفضل المدارس، ووفرنا له أفضل كل شيء، وكان «يجب) أن يقدر هذا ويستمر في الكلية». كان (يجب) التي في الجملة الأخيرة لا علاقة لها بالواقع: إذ أن ابنه يرى بكل الأسباب أن «أفضل كل شيء» لا علاقة له بالذهاب إلى الكلية– وهكذا يشعر والده بالغضب والمرارة. وقد تقول امرأة في منتصف العمر: «لقد عملت من أجل الآخرين طوال حياتي، وكان (يجب) أن أستمتع الآن لا أن يقعدني التهاب المفاصل»، وقد يقول معلم متقاعد «لقد كرهت التعليم، ولكني قمت به وأعطيت التلاميذ كل ما في وسعي، والآن (يجب) أن آخذ دوري في أن يرعاني الآخرون».

ينشأ الأطفال على الإيمان بتلك القواعد القوية الراسخة عن العدل لأنها تقال من أقرب الشخصيات إليهم، ولكن عندما نعيش بتلك المزاعم عن أن الحياة عادلة وتسير وفق ترتيب فإننا نكبل أنفسنا بآمال مستحيلة وإحباط لا مفر منه.

إن منتصف العمر فرصة حقيقية لإعادة تقييم تلك المزاعم والتخلص منها. وقد نقول لأنفسنا – متأثرين بما تمرسنا عليه– إنه إذا لم تسر الحياة وفق نظام معين، لماذا إذن يسعى المرء لتحقيق أي شيء، ولماذا يكون فاضلاً؟ وقد يكون هذا الاعتقاد هو أكبر خدع الطفولة– الاعتقاد بأن كون العالم يسير وفق ترتيب معين هو السبيل (الوحيد) الذي يدفعنا إلى اتباع أفضل السبل في تحقيق أهدافنا الشخصية والاهتمام بالآخرين.

في الواقع ثمة بديل لهذا الاعتقاد! ألا وهو أن يحاول المرء أن يكون على أفضل ما يمكن من أجل

السعادة، من أجل السرور، ومن أجل أن يفخر المرء بنفسه: أن تتصرف على نحو فاضل لأن ذلك يشعرك بأنك فاضل، أن تعطي أفضل ما عندك، لأنه لامتعة تضاهي ذلك، أن تحنو على الآخرين لأن ذلك يضفي على المرء مشاعر طيبة عن نفسه– هكذا بلا أية وعود، ودون أي ثواب من الآخرين. أن هذا هو الفرق بين أن تفعل الشيء لإرضاء والديك أو أن تفعله لإرضاء نفسك– وفي الواقع إننا نصل إلى منتصف العمر دون أن ندرك أننا نحاول طوال الوقت إرضاء آباءنا وليس أنفسنا– حتى لو كان آباؤنا قد رحلوا عن عالمنا! إن روعة الفرصة التي يمنحها لنا منتصف العمر هي أنها الفرصة الأولى والأخيرة التي نستطيع فيها – بالحكمة والنضج وخبرة السنين – أن نبدأ المهمة الصعبة لتحديد من نريد إرضاءه، وفي هذا السعي سوف نكتشف أننا لن نتمكن من إسعاد أي شخص إلا إذا تعلمنا كيف نسعد أنفسنا وحين نتحرر من (المفروض).

إن التحرك الشجاع الخلاق نحو المراهقة الثانية –منتصف العمر– إنما هو استدعاء لصيحة الابتهاج التي أطلقها مارتن لوثر كنج عند النصب التذكاري لابراهام لنكولن في لحظة لا تنسى من لحظات التوكيد: «أحراراً أخيراً، شكراً للعلي القدير، أحراراً أخيراً» . و إذا كانت ثمة لحظة ما تمت إلينا فإنها الآن في منتصف عمرنا، وأعتقد أن ما يدفعنا إلى تجربة منتصف العمر هو أننا في تلك الفترة نواجه بالحقيقة الحادة الأليمة، حقيقة أننا غير خالدين وهي الحقيقة التي لانصدقها ولا نحتملها. فمن هم دون الخامسة والثلاثين أو الأربعين يعتقدون أن الحياة أمامهم «إلى الأبد» .

وفجأة .. نعم فجأة. تواجهنا تلك الحقيقة: أصبحنا في الأربعين أو الخامسة والأربعين، وفجأة نبدأ الحساب: من نكون؟ ماذا فعلنا بحياتنا؟، ونعي بكل الألم حقيقة أننا غير خالدين، وأن الحياة لم تعد بلا حدود. وأذكر أن أول ما هالني في منتصف العمر كان أني لن أتمكن من قراءة كل الكتب التي أريد قراءتها، ولن أتمكن من رؤية كل الأماكن التي أود زيارتها، لقد تسرب الوقت. ونادرا ما نصل إلى تلك اللحظة من الصدق دون أن يواكبها الشعور بالأسف والندم، فغالبا ما نجد أنفسنا وقد غمرتنا «كان ينبغي أن» ، وفي معظم الأحيان نمر بتلك المشاعر التي نألفها في فترة المراهقة: الشعور بأن الحياة بلا معنى، والإحساس بالقنوط، واليأس بمستقبلنا، وفي الواقع فإن ما يجب أن نتذكره هو الوجه الآخر من المراهقة، الوجه الثابت القوي: الشعور بالثورة والدهشة، الشغف، السعادة لكشف القوى الكامنة فينا والابتهاج بالحياة.

إن «منتصف العمر» هو فرصة لاستكمال مسيرة أزمة الهوية التي بدأت في المراهقة. إنها فرصتنا الثانية لندرك المعني الحقيقي لكي (تكون ما تريد)، لكي تعزف لحنك الخاص؟، لكي تصبح ذاتك بكل العمق والصدق. إنها الفرصة لكي تعرف أخيراً الحقائق (الخاصة بك)، وبناء عليه تملك الحرية لتكشف هويتك الحقيقية، مهما كان عدد من يعتمدون علينا، ومهما كان عدد الأخطاء التي اقترفناها، يمكننا الآن أن ننظر نظرة جديدة– وفي هذه المرة فإن قراراتنا ستثريها المرونة النابعة من استقلالنا، والصدق والشجاعة اللذين اكتسبنا المزيد منهما. ولإدراكنا الحساس بأن الوقت ثمين، فعلينا أن نقدر أهمية سعينا العاجل، فإذا لم ننتهز هذه الفرصة – إذا لم نحاول اكتشاف ذاتنا– فقد لانفعل ذلك أبدا.

لقد بلغ السيل الزبى، والسنوات أمامنا معدودة وليس كما كنا نظن ونحن في الخامسة عشر أو الخامسة والعشرين. وإذا تنازلنا الآن فسيكون الأمر أخطر مما كان من قبل. وإذا كنت قد تعلمت شيئا في سنوات عمري الثامنة والأربعين فهو ببساطة: لكي يكون للحياة أعمق معنى، ولكي يسعد المرء بالحياة فعليه أن يحاول أن يجد ذاته.

كانت امرأة تعاني من مرض السرطان في مرحلة متأخرة تبكي بصمت عندما دخل الطبيب غرفتها بالمستشفى، فحاول أن يهدئ من روعها ولكنها قاطعته قائلة «أنا لا أبكي لأني سأموت، بل أبكي لأني لم أعش» يبدو أن السبيل الوحيد لتخفيف قلقنا بشأن الكبر والخوف من الموت هو أن يشعر المرء أنه قد فعل أفضل ما كان ممكنا له أن يفعله. وقد عبر عن ذلك الشاعر جاك لندن بجلاء حين قال:

أُفضّل أن أكون رماداً عن أن أكون تراباً.

أُفضّل أن تحترق شرارتي بوميض باهر

عن أن أختنق في العفن الجاف

أُفضل أن أكون شهاباً رائعاً

تومض كل ذرة فيه بوميض عظيم

عن أن أكون كوكباً أبدياً خاملاً

فهدف الإنسان الرئيسي هو أن يحيا، لا أن يوجد

ولن أضيع وقتي في محاولة إطالة الأيام

سأستغل عمري

وإذا ادعيت أن لدي حلولاً سهلة لتلك المهمة الشاقة الأليمة، مهمة أن تكون على علاقة وثيقة بالحياة أكون كاذبة ومدعية. بل إني أرى أن التبسيط المفرط لتعقيدات التجارب الإنسانية يقلل من حجم الإنسان، إذ يفترض أنه لا يملك الحكمة والشجاعة لمواجهة تحديات الحياة. إن الخبير الذي يقدم الحلول السهلة إنما يشجع الإنسان على أن يتوقع أقل ما يمكن من ذاته. إن الكتب التي تقدم دروساً في النزال والزواج أو تهذيب الأطفال أو كيف تصير أكثر جاذبية تعتبر إهانة للعقل– ولا يهم كيف أننا خدعنا فيها حين كنا تواقين للحلول السهلة فقد أدركنا عدم جدواها.

كتب إبراهام ماسلو في كتابة «نحو سيكولوجية الوجود» : « ...إذا كان الحزن والألم ضروريين للنمو فيجب ألا نحمي الآخرين منهما كما لو أنهما دائماً سوء، فأحيانا يكون الحزن والألم نعمة مرغوبة .... إن عدم ترك الآخرين يعيشون آلامهم، وحمايتهم منها قد تتحول إلى شكل من أشكال الوصاية تظهر بدورها عدم احترام الطبيعة الجوهرية للشخصية وتوحدها وتطورها المستقبلي» .

إن السعادة –كما خبرتها– ليست هدفاً نسعى وراءه بإدراكنا الواعي، ولكنها تأتي في اللحظات النادرة النفسية من السرور المؤلم كنتاج للصراع من أجل علاقة وثيقة بالحياة ومن أجل التسليم بخبراتنا الخاصة، تأتي كنقيض لقبولنا وتفهمنا لكل ما هو حزين ومؤلم في التجربة الإنسانية.

وقد كتب جبران خليل جبران في كتاب «النبي» يقول : «إن الألم الذي تشعر به إنما هو تحطيم للقشرة التي تغلف إدراكك» .

فإذا سعي المرء لإدراك أعمق، فالألم ضرورة حتمية. وطالما كنا على علاقة وثيقة بالحياة فلابد أن نشعر بالاضطراب واللايقين والحزن والاكتئاب واليأس والغضب والإحباط.

وكل ما أملك تقديمه هو تلك المحاولة التي تتحسس هذا الطريق، والإيمان المطلق بأن الصراع من أجل أن تكون ذاتك هو حقاً كل ما نملكه. إن سعي المرء للوصول إلى عمق إنسانيته هو الأساس الذي تدور حوله الحياة. إن رحلة النضج مؤلمة كالجحيم ، فهي تجعل المرء بكراً متفتحاً حساساً لأعمق المشاعر داخله.

ويبدو أنه لكي نخلص بأفضل ما يمكن من تلك الأزمة الجديدة لاكتشاف الذات علينا أن نكون مثل (الاستاكوزا) التي تضطر إلى نزع قشرتها كل حين لكي تكون قشرة جديدة تناسب نموها الجديد. وأثناء تلك الفترات تكون ضعيفة ومكشوفة ومعرضة لخطر أن يلتهمها أعداؤها. ومن قسوة الطبيعة أنها لابد أن تمر بتلك الأزمة الخطيرة وإلا لن تنمو أبداً.

ومن الممكن في منتصف العمر أن تظل ساكناً وأن تقبل الحياة كما عشتها من قبل، وقد يقول قائل «ها أنا ذا بقشرة منتصف العمر وأعرف نفسي جيداً، والحياة تتأرجح بين الصعود والهبوط، وأعتقد أني سأستقر على ما أعرفه، فهذا هو طريق الأمان الذي أفضله».

لا .. ليس هذا نوع (الاستاكوزا) الذي أحب أن أكونه أو الذي أنصح به رغم أني أدرك جميع مخاطر تلك الحالة من الإنكشاف – فقد عشتها كثيراً. في كل مرة كان هناك عذاب الشك في النفس، عذاب الاضطراب والخوف من الذات المجهولة القادمة، في كل مرة وأنا أشعر أني أقترب من هذا الانكشاف الوجودي أتعجب كيف بلغ بي الحمق أن أعيشه مرة أخرى، ثم تبدأ القشرة الجديدة الكبرى في التكون حاملة معها أفقاً أرحب للحياة وفرصاً جديدة للفهم والتحقق. وأشعر لفترة ببهجة تفتح آفاق جديدة وبإدراك متزايد وتبصر أعمق بذاتي وبالآخرين وبتفجر طاقات خلاقة. ثم ببطء وبعناد تصبح القشرة ضيقة من جديد وأبدأ في الشعور بالاختناق وتوقف النمو والرغبة في المزيد من الفهم، وأدرك أنه قد آن الأوان للبحث عن الأمان والسكينة من خلال التأمل وفحص الذات، ومن خلال الاقتراب من مشاعري وأحلامي أو من خلال التوجه إلى العلاج النفسي حتى يمكنني نزع قشرتي والبدء في نمو جديد. إنها حياة خطيرة ولكني أسألك شرف الالتحاق بي.

عندما يكون المرء غير واع بالخطر فالمسألة لا تحتاج إلى الشجاعة إذ أن الاختبار الحقيقي لشجاعة المرء هو إقدامه على المخاطر وهو مدرك لها. فإذا كان بوسعي أن أقول «هاهي ذي وصفة للحياة السعيدة» وإذا كنت من السذاجة حتى أنك صدقتني، فلن يتطلب الأمر أية شجاعة لاتباع خطاي، ولكن ما أقوله بدلاً من ذلك هو أن منتصف العمر يقدم لك أكبر مخاطرة، فإذا كانت لديك الشجاعة للقفز إلى الصدق فإن المغامرة ستكون أهم وأروع مغامرة يمكن أن تعيشها.

وأود أن أستغل خبرتي الشخصية لكشف ما في وسعي عن حقيقة الحياة. وذلك لكي أمكن القارئ من أن يضع حكمه وتصوره في تفحص متبادل مشترك لحقيقة كل منا، وماذا يمكن أن نتعلم منها. وبالكشف عن ذاتي آمل أن أضيف القليل إلى خبرة القارئ على أمل أنه كلما كنا أكثر وضوحاً معاً في خبراتنا ومشاعرنا كلما تمكنا من الوصول إلى القوى الداخلية والحكمة التي تمكننا من أن نجد طريقنا إلى

الوجود والكينونة. وذلك ليس سعيا وراء حلول نهائية للمشاكل بل سعيا وراء (الشجاعة) التي نحتاجها لمواجهة المشاكل الكؤودة التي قدر لنا أن نواجهها وإلى أن نستغل حلو الحياة ومرها من أجل مزيد من النضج.

وآمل أن تصحبني في هذه الجولة بروح الصداقة والثقة المتبادلة، فربما تخرج من خبرتي بالحياة ببعض مشاعر الصحبة والتشجيع.



الفصل الثاني

«الجيل الحائر في منتصف الطريق»

منتصف العمر هو بالتحديد:

منتصف الطريق بين الشباب والكِبَر

بين الشابة اليافعة والمرأة المسنة

بين صدور كالبراعم وصدور متغضنة

بين أمي وابنتي

بين الغيرة من شباب الابنة والخوف من كبر الأم

إني في هبوط

حائرة بين صرحين

أمي وابنتي

على وشك أن تخرجني من اللعبة

إحداهما

كارول دينكلاج

أما وقد بدأنا بتلك النغمة الحزينة، فمن الإنصاف أن نضيف أن منتصف العمر فترة عصيبة حقا. ومن يتذكر السيارات المكشوفة والأتوبيسات ذات الطابقين وعربات نقل اللبن وطوابير طعام الصدقات والثرثرة حول المدفأة يشعر كم قذف بنا نحو الفضاء بسرعة مهلكة. لقد تعبنا ......

فأن نشهد خلال عمرنا القصير تغيرات تفوق ما حدث خلال الخمسمائة عام الأخيرة لشيء أكثر مما نحتمل، فنحن لسنا في منتصف العمر فحسب بل نحن أيضا حائرون بين ماضينا وحاضرنا، ويبدو أنه قدرنا أن نكون دائما في المنتصف، فبينما نشأنا على احترام الكبار وعلى أن نعتبر أن إرضاء آبائنا محور حياتنا

–ومازلنا نحاول ذلك– وإن أصبحنا نستنكر هذا الدور ونشعر بأننا ضحينا بالكثير طلباً لطاعتهم وتنازلنا كثيراً لإرضائهم، فلما أصبحنا آباء بدورنا، كنا أول جيل في الأسرة التي تعتبر الأطفال محورها، فكانت الأولوية دائماً لأولادنا، وسعينا لإرضائهم، كنا أول نتاج للأفكار التي تقول بأن فشل ومحدودية الأبناء هو دليل على قصور الآباء. كنا أول جيل يطمح –بأي صورة– أن نكون آباء مثاليين، فوجدنا أنفسنا حائرين في المنتصف، نحاول إرضاء الجيلين –الكبار والصغار.

ونحن أيضاً الجيل الحائر في منتصف الطريق فيما يتعلق بالثورة التي حدثت في المفاهيم الجنسية، فعندما كنت فتاة لم أكن لأتصور شيئاً أكثر رومانسية وعاطفية من رؤية ليزلي هوارد يقبل راحة يد الفتاة. أما اليوم فأشعر بإحساس غامض بالذنب لأني لا أموت شوقاً إلى التجارب الجنسية المختلفة، لقد نشأت على مفاهيم عفا عليها الزمن تجعل مني غرة ساذجة بمفاهيم هذا العصر، وعليّ وأنا في منتصف عمري أن أتكيف مع مفاهيم عن الجنس والزواج تجعلني أخجل من «رومانسية ما قبل التاريخ» التي آمنت بها في شبابي، فغالبيتنا وقد نشأنا على الاعتقاد بأن انفصال الجنس عن الزواج هو نهاية العالم، نشعر اليوم بأننا نتأرجح من النقيض إلى النقيض ونحن نحاول أن نقبل ونقر بما تشهده عيوننا من أن العديد من أولادنا يقيمون علاقات قوية جادة مسئولة بدون زواج وأننا نادراً ما نجد ثنائياً متزوجاً مهما كان الولاء الذى تتسم به العلاقة، وبالطبع فإن تلك المفاهيم تربك العقلية المتواضعة التي تكونت في العشرينيات.

ويتكرر ذلك في جميع مجالات الحياة مما يشعرنا بأننا نحاول البقاء في عالم لم نعد نفهمه أو نرتاح للحياة فيه ، ونشعر بالغربة والاضطراب كما لو كنا قد هبطنا إلى كوكب المريخ .. ونفس الشيء في التغير الذي حدث في العلاقة بين البيض والسود في بلدنا، ففي حين يرى الشباب الأسود المناضل اليوم أن الحياة لا تطاق وأن التغيير يحدث ببطء مؤلم –وهم على حق– فمن هم في منتصف العمر يرون أن التغير الذي حدث منذ شبابنا رهيب، ولكن ما حققناه لا يجد التقدير من أحد مما يشعرنا بالغبن.

وأذكر يوم حبس الجميع أنفاسهم وظننا أننا على شفا ثورة عندما بدأت مسز روزفلت تفصح (جهاراً) عن مساواة (زنوج) لها في المنزلة الاجتماعية، وبالمناسبة فإن كلمة (زنوج – Negroes) التي تعتبر اليوم كلمة بذيئة ذكرتني كيف أن معظمنا من منتصفي العمر رأينا وقتها – أنها كلمة جميلة حتى أننا حاولنا أن نحذف كلمة (nigger) من المفردات الأمريكية.

وأذكر كيف كان وجود بائعة سوداء بمحل (ماسي) انتصاراً عظيماً للتنظيم المدني الذي كان يعمل لتغيير سلوكيات التوظيف، وكنا نظن –عندما بدأنا جهودنا المبكرة أننا سنتمكن من تحقيق الاندماج وأن البيض سينجذبون للتغيير وأن السود سيذوبون بهدوء في المجرى العام للأمور.

كان للكثير الذي بدأناه في الثلاثينيات والأربعينيات أثره المباشر على ما صار ممكنا في الخمسينيات والستينيات ، ولكن لا أحد يقدر ذلك– ومن دون الأربعين أو الخامسة والأربعين لا يمكن أن يدرك كيف أن وجود جنرال أسود ومأمور أسود الآن في الجنوب لهو إنجاز عظيم ومعجزة كبيرة بعد أن كان السود يعزلون في أقسام خاصة في الجيش وهم يقدمون حياتهم فداء لوطنهم في الحرب العالمية الثانية. لقد احترنا في المنتصف بين مثالية ما سعينا إليه طوال حياتنا وبين شعورنا باليأس لأننا فشلنا.

وقد تكرر نفس الشيء في جميع القضايا الاجتماعية الأخرى، فحين آمنا بأن الاتحادات القوية

والضمانات الاجتماعية والتأمين ضد البطالة ستعمل على أن تجتث جذور الفقر، فإذا بالفقراء يزدادون عدداً وفقرهم يزداد شدة. وآمنا بأن العلم سيعمل على توفير حياة أفضل للإنسان، فإذا به يسفر عن اختراع القنبلة الذرية وتلويث الماء والهواء وإزاحة الأشجار والرقع الخضراء. واعتقدنا أن الأبعاد الجديدة التي حملها لنا التحليل النفسي ستمكننا من تربية أطفالنا دون مزيد من العصابيين ومرضى الذهان. إن جيلنا يستحق أن يوصف بأنه (جيل الآمال).

إن غالبيتنا أولاد وأحفاد لمهاجرين أتوا إلى هذا البلد بحلم كبير محدد: توفير الفرصة للأولاد والأحفاد في التعليم والنجاح. لا أذكر أبدا أني في طفولتي ومراهقتي تشككت للحظة في أهمية الذهاب إلى الكلية وأهمية أن يكون لي عمل. فقد كان هذا طريق التحقق والأمان والوضع الاجتماعي، بالإضافة إلى تقديم مساهمة جادة للمجتمع الذي وفر لي هذه الفرصة. لقد حملنا أحلام آبائنا وأجدادنا —ونحن الجيل الذي حول تلك الأحلام إلى واقع، فنحن جيل الرخاء، فما عسى يقول أجدادنا وأجداد أجدادنا عن الأحياء والمنازل ذات الجراجات وحمامات السباحة التي نحيا فيها.

لقد حققنا ما كان يحلم به الأسلاف، ولكن كل ما كافحوا من أجله وحلموا به قد تحول إلى رماد في أفواهنا، فبالرغم من كل الرخاء الذي نحيا فيه فإننا نعيش في خوف وقلق معظم الوقت، ونشعر أن الحياة بلا معنى وقد انصرف أولادنا عن المادية التي نحياها ووجدنا أنفسنا حائرين في المنتصف مرة أخرى – بين آمال الأسلاف وتحرر الأبناء من هذا الوهم فجعلونا ننظر نظرة جادة إلى تمركز أهدافنا حول ذاتنا، وإلى تفاهة البحث عن الأمان الشخصي، وإلى الثمن الغالي الذي يدفعه المجتمع ككل مقابل ذلك. لقد عملنا كثيراً، وربحنا الكثير، واشترينا الكثير— ثم يطلق علينا أسم (ملوثي البيئة). وعمل آباؤنا الكثير من أجلنا ولكننا آمنا بعطائهم، أما أولادنا فلا يؤمنون بما نمنحه لهم، وفيي قرارة أنفسنا نعرف أنهم على حق.

عندما كنا في المدرسة الابتدائية كنا نقرأ موضوعات عن «أطفال البلدان الأخرى». كان ذلك في فترة ما بين الحربين العالميتين، وكنت أعتقد أنه لا يمكن أن تشتعل حروب أخرى. ومنذ ذلك الحين لا تمر نصف الساعة إلا وثمة حرب تدور رحاها في مكان ما— إننا الجيل الذي عاش أكبر المجازر، كنا نظن أننا أبناء عصر التنوير —فمات ستة ملايين، كنا نؤمن بالإنسان العاقل ونؤمن أنه بالتطور الفكري سيتعامل البشر سويا على نحو أكثر خلقا— فسمعنا عن الأطباء الذين يجرون تجاربهم على الحوامل من النساء، وبذا تحولت آمالنا ومثلنا في سنوات شبابنا إلى سراب وخزي ويأس في سنوات الكبر.

وكنا أيضاً الجيل الذي انجذب الكثير منه إلى الاشتراكية في الثلاثينيات فقد كان هذا الزمن بشكل عام هو زمن الاعتقاد (بالرجل العادي). وكنت في المدرسة الثانوية أشترك في مسيرات الأحزاب وأنشد الأناشيد الوطنية، كنت أومن تماما بأنه لو منح العمال بعض السلطة لعملوا على تحسين العلاقة بين البيض والسود، وعلى إنجاز مشاريع الإسكان والعلاج الاجتماعي. فإذا كان أبناؤنا قد تركوا الساحة نفورا من سلوكيات مسئولي الاتحادات، فما بالك بشعورنا نحن الذين ساعدناهم على تحقيق تلك الاتحادات القوية؟ إن العديد من النقابات تنهج نفس النهج الذي كان يسير عليه (شياطين الرأسمالية) والعديد من النقابات تحارب وتعارض بكل الطرق اندماج السود في المجتمع، وتعمل بكل دأب على تحقيق أكثر المصالح أنانية ورجعية، إنها نكبة أخرى. ووجدنا أنفسنا حائرين في المنتصف مرة أخرى.

نحن الجيل الذي آمن بالتقديم المطرد، وبالحياة المشتركة. وكم كانت صدمة قاسية أن نكتشف أن حلمنا بعالم أفضل لم يتحقق، هبط علينا اليأس بشدة وكان غريبا علينا في شبابنا فنحن الجيل الذي ولد

ليأمل.

عندما كنا في المدرسة، كنا لا ندرس إلا المعجزات الأمريكية، كل ما هو رفيع وسام من تاريخنا وتراثنا، لا أذكر – رغم أني درست في مدارس تحث على الفكر الحر المتقدم– أننا أخبرنا بحقيقة الفظائع التي ارتكبت في تاريخنا، قيل لنا فقط إن العبودية شيء سيء وإننا يجب أن نصادق الهنود، ولكننا لم نعرف أبدا إلى أي درجة يتسم تاريخنا بالغدر وبالأمثله الواضحة على الميل إلى العنف وهو ما يدركه الشباب اليوم بجلاء وما سجل بوضوح رهيب في (تقرير كيرنر).

ونجد أنفسنا الآن في مواجهة تلك الفظائع، ونجد أبناءنا قد تطرفوا إلى النقيض– ناكرين وجود أي شيء إيجابي في تاريخ بلدنا زاعمين أن كل شيء كان ومايزال بشعاً. ولكن عليهم أن يعرفوا بعض الحقائق عن الطبيعة الإنسانية وهي أنه في كل فترة من فترات التاريخ في كل البلاد لابد أن توجد قوى الخير وقوى الشر، ونحن لم نحتكر سوق الأخيرة. إن هذا المناخ من كرة الذات يجتث جذورنا ويغرقنا في حزن عميق – إننا جيل الأوهام الضائعة.

صارت أشياء كثيرة غريبة عليّ، أكره الطرق السريعة وأراها قبيحة مرعبة، وأفضل السفر بالطرق الريفية الخلفية حتى وإن زاد زمن الرحلة ثلاث ساعات. وأنظر في عجب وذعر إلى المدن التي كنت أحبها لجاذبيتها وجمالها وقد تحولت إلى مأوى قذر مزدحم صاخب معتوه، وعندما أشاهد عربة قديمة بمقاعدها القديمة، أشعر أن العالم الحقيقي لي مرة أخرى. بينما تشعرني الطائرة ٧٤٧ بأن حادثة قدرية بشعة قد هبطت بي إلى المريخ. ورؤية القمر في اكتماله وانعكاسه على سطح بحيرة في ليلة هادئة يملؤني بالدهشة والبهجة– أما مشهد الهبوط فوق القمر الذي ينقله التليفزيون فيثير انزعاجي الشديد. أشعر أني أصغر من أن أنسحب، يجب أن أبقى في هذا العالم وأن أشعر أني جزء منه– ولكني أكبر من أن أشعر أنه عاد المكان المناسب لي.

عندما كنا نربي ابناءنا، كانت الأمور تتغير بشكل جذري وتأثرنا إلى حد بعيد بالثورة التي حدثت في علم النفس، وعرفنا – من خلال الأساليب الجديدة من العلاج النفسي– أن الرغبة في إرضاء الأبوين أكثر من إرضاء الذات لها أثر معوق على نفوسنا حديثة الاكتشاف، فعاملنا أولادنا على نحو مختلف، وعملنا على أن نفهم ونحترم مشاعرهم وحاولنا أن نساعدهم على تحقيق احتياجاتهم وأهدافهم الخاصة، ويبدو أننا قمنا بالمهمة خير قيام !! فهل يتمتع أحدكم بأبناء يبغون إرضاءه؟ أرجو ألا تسيئوا فهمي، فأنا أعرف أن أولادنا طيبون ومهتمون ولا يحبون لنا الأذى، ولكن عندما تتأزم الأمور فغالباً ما يختارون ما يرونه معقولاً ومهما لهم لا ما يرضينا نحن ويشعرنا بالراحة والفخر. ولأننا ندرك الثمن الذي دفعناه لكي نكون أولاداً (شاطرين) وخاضعين فأحيانا نسعد بذلك ولكننا كثيراً ما نشعر بالهلع والغضب لأننا مرة أخرى قد احترنا في منتصف الطريق.

إننا الجيل الذي حاول (ويالها من محاولة خرقاء) أن نمنح السعادة والفخر لآبائنا، ولكننا ربينا أولادنا على الشعور بأنهم لو فعلوا ذلك فإنما يعني أنهم قد فشلوا في أن يكون لهم شخصياتهم المستقلة! كان آباؤنا يقولون فخراً «هذا هو ابني الطبيب»، ولكننا لا نستطيع أن نشعر بالفخر ونحن نقول «هذا هو ابني عازف الجيتار» أو «هذا هو ابني المزارع». كان جدي فلاحاً من شرق أوروبا وهو الذي بذل العرق وتحمل الصعاب حتى يتمكن حفيده من ارتداء ربطة العنق والقميص الأبيض والعمل في المكاتب الفاخرة، وها هو ذا، هذا

الحفيد يبدد كل شيء ويعيش في كميونة، فلاح مرة أخرى، بعد كل ما بذل من عرق ودموع!

لا أحد يريد أن يرضينا، تلك هي المسألة ، قالت لي أم «كل أسبوعين نقطع أنا وزوجي مسافة ثمانين ميلا لزيارة والدته التي تبلغ السابعة والثمانين وتقيم في دار للمسنين ونعرف أننا يجب أن نفعل ذلك، فهذا ما تربينا عليه، ونقوم بزيارة الأقارب حتى وإن كنا لا نحبهم وقد ندعو للعشاء بعض من سببوا لنا متاعب كبيرة، ودائما مستعدون لأي فرح أو جنازة أو مناسبة كبيرة، لدينا إحساس عالٍ (بالواجب)، وكثيرا ما نفعل مالا نريد، ونذهب حيث لا نشاء، وقد نشأ أبناؤنا وهم على دراية تامة بحقيقة مشاعرنا وأدركوا كيف تصل تلك العلاقات أحياناً إلى درجة النفاق وقرروا ألا يفعلوا شيئاً من هذا القبيل، وسلكوا السلوك الذي لم نكن لنسلكه، فاحترنا بين شعورنا بالتقصير تجاه آبائنا وشعورنا بالتقصير تجاه أبنائنا.

إننا بالفعل حائرون بين الرياء في علاقتنا بالكبار وبين الوضوح القاسي المؤلم من ابنائنا. أرادت صديقة حميمة لي تبلغ من العمر خمسين عاماً أن تزورني بينما كنت أمضي فترة بالشاطئ، وكانت قد مضت أربعة أو خمسة أعوام دون أن نقضي معا فترة طويلة، وكنا في حاجة حقيقية لبعضنا البعض حيث إن كلانا كان يمر بأزمة في حياته، ولا يمكن أن تتصوروا كم الحيل التي لجأت إليها صديقتي حتى لا تعرف والدتها أنها تزورني وإلاغارت الأم بشدة وقالت: «يبدو أن لديك وقتاً لكل شخص سواي»، وكثيراً ما اضطررنا إلى الكذب مراعاة لشعور الآخرين أو حماية لخصوصيتنا، أما الآن فلا يتردد الابن في مثل تلك المواقف في أن يقول (آسف يا أمي أحتاج الآن إلى صديقي وليس إليك).

يبدو أننا قد منحنا أولادنا حرية أن يحبونا أو لا يحبونا فالأمر متروك لهم.

وبطبيعة الحال، لا يمكن أن يتمتع الأبناء بالكمال، ولكننا الجيل الذي يلوم نفسه لأي خطأ يظهر في الأبناء، فنحن الجيل الذي كان ضحية لنظرية «تأثير التربية» والتي تجعل من الوالدين المسئول الأول عن السلامة العقلية للأبناء، ولم يكن قبل أن يبلغ أبناؤنا سنوات المراهقة حين ظهرت معلومة عن الصحة العقلية غيرت نظريات تربية الأطفال. أما آباؤنا– وجميع الآباء من قبلهم– فكانوا يرون أنه لو اتسم سلوك الطفل بالغرابة فلابد أن ذلك من فعل الطبيعة أو أن الطفل قد ورث بعض «الدماء الخبيثة» من أحد الأقارب! كان ذلك هو زمن الإيمان بتأثير الجينات والكروموزومات التي اكتشفت وقتها فلم يحمل أسلافنا وزر الفكرة الرهيبة من أن آراءهم وأسلوب تربيتهم هي المسئولة عما يصير عليه الأبناء.

فإذا سمع طفل أصواتاً لا وجود لها فلم يكن ذلك ذنب أحد ولابد أنه قد ورث ذلك من قريبه فلان الذي كان يقضي معظم الوقت مغلقاً على نفسه السندرة. ثم جاء فرويد وغير كل ذلك وأصبح سماع الطفل لأصوات غير موجودة يؤكد أن والديه قد سببا مرضه بطريقة تربيتهم الفظيعة، فكنا نلوم أنفسنا حتى بسبب المشاكل الطبيعية التي يمر بها أبناؤنا في فترة النمو كالخجل والتبول اللاإرادي أثناء النوم والتهتهة والكوابيس والأنانية والشعور الزائد بالتنافس.

ولما بلغ أولادنا سن المراهقة ، كنا نجلد أنفسنا– عقليا– مرة على الأقل كل يوم فإذا بخبراء الأطفال يقولون لنا إنه يبدو أن للطبيعة نفس ما للتربية من أهمية في تطور شخصية الطفل وما كان يجب أن تغفل الجينات والكروموزومات تماما. وقد ظهرت في السنوات الخمسة أو العشرة الأخيرة دراسات رائعة تظهر بجلاء أن الأطفال يولدون باستعداد طبيعي محدد وأن المناخ الذي يعيشون فيه إنما يكيف هذا الاستعداد

(وحسب) وذلك وفق الأسلوب الذي يتناول به الآباء تلك القوى الفطرية الموجودة في أطفالهم، ولكن فات الأوان بالنسبة لنا، فقد احترنا في تلك المعركة بين الطبيعة والتربية (ولم يعد بوسعنا أن نسامح أنفسنا حتى عما تخيلنا أنه فشل).

يشعر الكثير منا أحياناً بالذنب لعدم تحقق أحلام والديه- وهذا شيء مضحك- ولكن خبرات الطفولة لا تنسى بسهولة- ولا نستطيع شيأ حيال ذلك. فكان ثمة دائماً ذلك الشعور بأن الخطأ خطأنا إذا كان أحد الآباء حزيناً أو محبطاً، ونرى آباءنا يشيخون أمامنا ونشعر بإحساسهم بعدم الرضا لأنهم لم يحققوا أنفسهم كما كانوا يبغون- إذ كانوا يعيشون تحت ضغط إسعاد الآخرين أكثر من الضغط الذي كان علينا- قالت لي سيدة بعد زيارة حديثة لأبويها «لقد صدمت لأنهما لم يعودا يشعران بشيء - لقد صار والدي لا يزيد عن الداء والدواء- لم يبق منه شيء. هو وأمي قد صارا طلبات كثيرة وحياة قليلة، لقد أفزعني ذلك- هل لابد أن تكون الشيخوخة على هذه الصورة؟ هل سنصير هكذا؟ كل ما أنا على يقين منه هو أن أبنائي الثلاثة لن يتحملوا ما أتحمله أنا مع إحساسي بالذنب والإحباط.

إن الإحساس بعدم الرضا الذي نراه لدى أقاربنا المسنين لعدم تحقيق أحلامهم في شبابهم هو النقيض الصارخ لما يفعله أبناؤنا بحياتهم الشابة. منذ عامين ذهبنا إلى ميامي لقضاء إجازة عيد الميلاد لدى أقارب لنا. كان هناك العديد من الأحفاد من طراز الهيبز، وكان الجو مشحوناً بالعداء بينهم وبين أجدادهم- وكان منهم من بلغ السبعين أو الثمانين من العمر ممن عاشوا حياة شاقة لم يجنوا منها شيئاً، فلم يبال أحد عندما كانوا في الخامسة عشر أو العشرين من عمرهم بما يريدونه بحياتهم، بل فعلوا ما قاله لهم أباؤهم، فانخرط الأولاد في مهنة الوالد أو في مهنة يوافقون عليها، وتزوجت البنات ممن اختاره الآباء. كان ينظر إلى الحياة باعتبارها وادياً من الدموع وأنها يجب أن تعاش بالألم والأسف. أما فكرة أن يجد المرء الوقت لكي (يحاول أن يفهم المعنى الحقيقي للحياة) وأن (يبحث عن هويته الشخصية حتى تصبح الحياة مثمرة وخلاقة)- فإن مثل تلك الأفكار لا تزدهر إلا في أوقات الرخاء، أما عندما يكون العمل ضرورة لكي نبقى على قيد الحياة، فإن المجال هنا لا يتسع لتلك الرفاهية.

كثيراً ما يشعر الكبار بأنهم قد نحوا جانباً، لقد عملوا بجد، فماذا جنوا؟- يوما ما كانت لهم أهميتهم- أما الآن فمن يستمع لهم؟ لقد فقدوا المناصب- وكانت غالبا هي الشيء الوحيد الذي منحه لهم عملهم- وقليل منهم من يملك في داخله نبعاً يعينه على ايجاد أشكال جديدة- لقد فات الأوان لأن يمر الكبار بأزمة الهوية، بالمراهقة الثانية التي ماتزال في متناول من في منتصف العمر. لكننا حائرون بين الكبار الذين يملأهم الغضب والاستياء من أولادنا الذين يمثلون أول جيل يعلن أن: «حياتي لي وليست لكم، وسأعمل ما يرضيني»- كم يشعر بعض الجدود بالغيرة والغضب لذلك! وهانحن نحاول توضيح الحياة الشاقة البائسة التي عاشها الكبار وفي نفس الوقت نعتذر لهم عن الشعور الطويلة والأقدام الحافية والاهتمام بالذات والطلبات التي لا تنتهي من ناحية الشباب، فنحن نفهم كلا الجيلين ونقف بقدم في كل اتجاه، فنشعر بالذنب إذا تبعنا اهتماماتنا واحتياجاتنا ونعرف في نفس الوقت أن أولادنا على حق فهذا هو الطريق الوحيد الذي إذا سلكه المرء في شبابه وحتى في منتصف عمره- يجنبه الإحساس بالبؤس والمرارة التي يشعر بها الجيل الأكبر.

ويمثل الجانب المادي جزءاً هاماً من علاقتنا بآبائنا وأولادنا فنحن الجيل الحائر بين ما كان يقبله

الأبناء عندما يكبرون من تحمل جزء على الأقل من أعباء الآباء وبين الفكرة الجديدة تماماً من أن الآباء عليهم أن يساعدوا أبناءهم الكبار مادياً، كان السائد هو أن يبدأ المرء في منتصف العمر في مواجهة المتطلبات المالية لآبائه بينما يكون أولاده قد كبروا وتحملوا مسئولية أنفسهم مالياً. كان العطاء في اتجاه واحد فقط. قال لي والد في الثامنة والخمسين: «والدا زوجتي مريضان وليس لديهما مورد للرزق سوى معاش الوالد، ولدي ولدان يدرسان بالجامعة وأصرف عليهما بالكامل– وتصل تكاليفهما إلى حوالي ٨٠٠٠ دولار سنوياً، ولدي ابنة تزوجت وتركت الجامعة وتعيش مع زوجها في جزيرة عند شاطئ ماين، وهما يكسبان القليل من صنع الحلي والأحزمة الجلدية وبيعها– ولا يطلبون أية نقود، ولكني أرسل لهما مبلغاً كل شهر– رغم اعتراضي على طريقة حياتهما– وكيف لا أفعل ذلك وأنا أهتم بصحتها وسلامتها– ونحن في رغد من العيش، وفي الحقيقة إني أعيش في هلع وأتساءل إلى متى سيمكنني أن أكسب كما أكسب الآن. إني لم أدخر شيئاً للكبر، ولا أتوقع أن يشعر أبنائي بالواجب تجاهي لأني لم أشعرهم أبداً بذلك. وكل ما أكسبه يصرف، وأشعر بالخوف الشديد عما سيحدث لي لو مرضت– وأعتقد أن هذا هو الوقت المناسب للادخار للكبر، ولكن بدلاً من ذلك فإن الآخرين يكلفوننا أكثر من أي وقت مضى.

ولأننا نشأنا في أسر شديدة الترابط، فإننا نشعر بالقلق لتغير أنماط الحياة العائلية، ومعظمنا قد نشأ على الاعتقاد بأن الطلاق يكون فقط للمنحرفين. أما حالياً فلم يعد الطلاق أو على الأقل التفكير فيه بالشيء المستغرب.

وعندما كنا أطفالاً كان يعيش ٩٠ بالمائة على الأقل من الأقارب والأسر الصديقة في تجاور، فكنت تراهم في عشاء الأحد كل أسبوع تقريباً ونتقابل كل أعياد الميلاد وأعياد الزواج، أما الآن فقد تباعدت الأسر وتبعثرت في جميع أنحاء الدولة.

كانت لي ابنة عم أراها كل أسبوع وأنا طفلة، وقد مر الآن خمسة وعشرون عاماً دون أن أراها، ولا أتوقع حدوث ذلك أبداً إلا ربما في عزاء، إذ يبدو أنه قد صار المكان الوحيد الذي يجمع الأقارب، لقد نشأنا على أن تكون العلاقة وثيقة بالأقارب، أما الآن فقد تبعثرت الأسر بدرجة يصعب معها الإحساس بوجود عائلة– ولما كان هذا الإحساس جزءاً من طفولتنا فإننا نمر بموجات من الحزن والوحدة حتى وإن كان بعض أقاربنا من الناس الذين لا نموت شوقا لرؤيتهم كثيراً، فثمة إحساس غامض تشعر به عندما تتفرق العلاقات أو تفقد.

كانت صديقة لي تتحدث مع ابنتها التي في العقد الثاني من عمرها إذ كانت الأم مستاءة بشدة لافتقاد الابنة إلى السلوك الحسن والإحساس بالمسئولية. الخ فانفجرت الابنة قائلة: «من حقي أن أكون مراهقة» وبدون تردد قالت الأم (وأنا من حقي أن أكون في فترة سن اليأس) !! إننا نصل إلى منتصف العمر في نفس الوقت الذي يكون فيه أولادنا في فترة المراهقة. فنجد أنفسنا حائرين بين التحدي والتمرد من ابن في الرابعة عشر، وبين القلق الذي يصاحب أول وعي بأننا نشيب، وأننا نلهث بعد شوط واحد من لعب التنس، وأننا لن نتمكن بعد الآن من القفز في المحيط. وفي نفس الوقت الذي يبدأ فيه القلق عما إذا كان أولادنا قد بدأوا تجاربهم الجنسية وإذا كانوا فعلوا فهل هم على دراية بوسائل تنظيم النسل، يكون قد بدأ التناقص التدريجي لحياتنا الجنسية– إذ نذكر فجأة أنه قد مضى ثلاثة أسابيع منذ آخر لقاء دون حتى أن نلحظ ذلك، بينما يكون أولادنا على عتبة الفوران الجنسي، أما نحن فيكون علينا أن نختار بين الجنس أو مشاهدة

الأفلام التي تعرض في فترة متأخرة وغالبا يكسب الفيلم. وفي نفس الوقت الذي تكون كل الفرص أمام أبنائنا وبوسعهم أن يفعلوا ما يريدون بحياتهم، نواجه نحن بأحلام حياتنا الضائعة، وبقرارتنا واختياراتنا الخاطئة وبأن ما لم نحققه فغالباً لن يتحقق– هكذا نشعر. ففي نفس الوقت الذي تتفتح فيه الحياة أمام أبنائنا، نكون في أول مواجهة مرعبة أن حياتنا في أفول. ونرى كيف يشعر آباؤنا بالمرارة لما لم يحققوه في حياتهم، ونشعر بالخوف من أننا نسير في نفس الطريق، ونتساءل هل يسمح الزمن بفرصة أخرى لنا؟.

تعلمنا أن العمل الشاق وتأجيل إشباع الرغبات فضيلة– وأنه مما (يبني الشخصية) أن تؤجل زواجك لعدم وجود المال، ومما (يبني الشخصية) أن تذاكر المواد التي قد تكرهها في المدرسة وتنجح فيها. كان ثمة اعتقاد بأنه لن يكون لديك شخصية إلا إذا عانيت الكثير!! وكان من يؤجل زواجه سنوات لأن عليه تحمل نفقات تعليم أخواته الصغار ينظر إليه أفضل ممن يتزوج بعد خطبة قصيرة . وبهذا النمط من التربية نشعر بالأسف حين لا يرى أولادنا أي مبرر لتأجيل إشباع رغباتهم. فمن عالم يرى أن التضحية بالنفس وإنكار الذات هي أعلى قيم يبلغها المرء نجد أنفسنا ندور بجنون في عالم من عبادة اللذة يعتمد الاقتصاد فيه على إشباع الرغبات في كل ما هو سخيف وثانوي.

لقد تعب جيلنا كثيراً، خاض الكثير، وطلب منه تغيير الكثير وبسرعة كبيرة. يقول آباؤنا إن الوضع كان أسوأ بالنسبة لهم، ولكني لا أعتقد ذلك فعلاً، فقد كان لهم – إذا شاءوا– ألا يتغيروا، أما نحن فإن لم نواكب التغير فقدنا وظائفنا والصلة بأبنائنا والإحساس بالمشاركة في المجتمع.

لقد احترنا بين عالم يقدر الكبر وآخر يقدر الشباب، نشأنا على احترام الكبار والإيمان بأن لديهم الكثير الذي نتعلمه من حكمة تجاربهم، الآن نعيش في عالم يقدر الشباب فقط، كانت رؤية الشعر الأبيض والوجه ذي التجاعيد والجسم المحني شيئاً يدعو للاحترام وحتى التبجيل لأنه دليل على حياة طويلة من العمل الشاق. أما الآن فإن أكبر مجاملة ننتظرها هي أننا نبدو أصغر من عمرنا، وينفق الرجال والنساء ملايين الدولارات سنوياً في محاولة الاحتفاظ بالشباب والجاذبية، كان التغير سريعاً، ولما قدم العلم والتكنولوجيا هذا الانهمار في المعلومات لم يعد صحيحا أن الكبار يمكنهم تعليم الصغار، فالصغار يعرفون أكثر. قد يكونون غير ناضجين وتنقصهم الخبرة – ولكن معلوماتهم وفهمهم عن العالم الذي يعيشون فيه أكثر بكثير من معلوماتنا.

في ظاهر الأمر، تبدو الحيرة في منتصف العمر محبطة للآمال ولكن الأمر لم يعد كذلك بالنسبة لي إذ أن إخراج كل ما في صدري قد ساعدني كثيراً، وأعني ذلك تماماً– فأنا أعتقد حقاً أن بداية حل معظم مشاكل الإنسان تبدأ بإقراره بحقيقتها ومواجهة مشاعره تجاهها. ولاشك أن مكاننا الحالي في المنتصف ليس بالمكان المريح، ولكن ألا يوجد أمل؟ بالعكس تماماً، قد يتعزل البعض ظناً منه بعدم القدرة على مواجهة القوى الاجتماعية التي تصدمنا فيتنازل ويستسلم– وهذا مالا يجب أن نفعله، علينا أن نقبل التحدي ونبحث بجد عن منافذ جديدة، وقد يكون ذلك هو المحرك الذي يدفعنا لفرص جديدة ونمو جديد.

فالاعتراف مثلاً بأننا نشعر بالمرارة لعدم تقدير الجيل الأصغر لما حققناه هو أول خطوة للفهم والمشاركة فيما يدور حوله كل هذا الغضب. وأنا شخصياً تغيرت كثيراً في السنوات القليلة الماضية، كنت قبل ذلك أنفجر بجنون إذا عبر شاب أو رجل أسود عن استيائه وغضبه وقال أن جيلنا لم يحقق شيئاً، وكنت أظل أغلي أياماً بعد مواجهة شديدة معهم. أما الآن فأقول لنفسي أنهم لا يمكن أن يدركوا كيف كنا نفهم

القليل وكيف أن سعينا كان أقصى ما يمكننا، وكيف كنا نأمل في الكثير، فتلك خبرة تختلف عن خبرتهم، ومن الظلم أن يحكموا علينا من موقعهم الآن، وأنا أوافقهم بأن ما تحقق أقل مما ينبغي، والآن أحاول أن أشاركهم غضبهم بدلاً من أكون هدفاً له، أرفض اللوم وأشاركهم الغضب فأشعر بالشباب مرة أخرى.

ثمة شيء أريد توضيحه هو أنك لايمكن أن تصل إلى منتصف العمر وأنت ماتزال تعتقد أن الناس إما طيبون أو أشرار! فلابد أنك قد رأيت بالدليل في حياتك أنه لا يوجد معسكر للأصدقاء فقط، ومعسكر للأعداء فقط. لي أصدقاء مازالوا يؤمنون بالشيوعية طوال السنوات الثلاثين الماضية، وأندهش عندما أسمعهم يرددون نفس الكليشهات القديمة كما لو أن شيئاً لم يحدث منذ الحرب الأهلية الأسبانية، بل إني حتى أحسد البساطة والسذاجة الطفولية التي غلفوا بها أنفسهم. أنا لا أستطيع أن أحذو حذوهم، إن بعض هؤلاء (الفهود) ذوي مثل رائعة حقاً، أما البعض الآخر فمجرد انتهازيين أو شخصيات مصابة بالبارانويا، والبعض يمزق قلبي لتوقهم إلى حياة أفضل لسكان بورتريكو، وأفزع من بعضهم وأراهم مرضى عقليين خطرين.

وإذا استطعت أن أنضم إلى الشباب في غضبهم بشأن (القضايا)، سوف أجدد نفسي، وبدلاً من تبديد وقتي وطاقتي في الشعور بأنهم لا يفهمونني فإني أستدعي مثالية وحيوية شبابي، وأوافقهم بأن الأمور بادية الفظاعة في البلد الآن، وعلى الجميع أن يفعل شيئاً حيال ذلك، فعندما نرد على الغضب بالفهم والمشاركة، نجد أنفسنا في الملعب مرة ثانية .. وياله من شعور طيب.

أحاول بجدية أن أجعل التغير صديقي، لا أنجح دائماً، ولكن الأمر يستحق المحاولة، فعلى سبيل المثال منذ عدة سنوات فتح مقهى جميل في سنترال بارك بالقرب من بحيرة ونافورة، وكانت رؤية المظلات ذات الألوان الزاهية والقوارب في البحيرة وسماع صوت تدفق الماء من النافورة يذكرني بمقهى Bois de Boulogne بباريس، وكم سررت لاهتمام مدينتي بالنواحي الجمالية للحياة. وفي العامين الماضيين أصبحت تلك المنطقة مكاناً لتجمع الشباب، وكنتيجة طبيعية للانفجار السكاني ونظراً للصخب الذي يتميز به الشباب تحول المكان من حديقة هادئة في أواخر القرن الماضي إلى أكثر الأماكن همجية في أمريكا اليوم.

ومنذ فترة بسيطة ذهبت أنا زوجي إلى تلك النافورة ولم أكن زرتها منذ فترة طويلة، وصدمت لرؤية آلاف الشباب يتزاحمون في رقعة صغيرة حول النافورة ورأيت البحيرة تتكدس بالقوارب التي تسير بصعوبة، وكانت الأصوات المنبعثة من الترانزستور والدرمز والجيتار تصم الآذان بالإضافة إلى وجود كمية لا بأس بها من القمامة، أما الأزياء وتسريحات الشعر فكانت غريبة بدرجة أشعرتني بالغربة والغضب— كيف جرؤ هؤلاء الرعاع على غزو حديقتي!! أما زوجي فقد شعر بالابتهاج والنشوة لحيوية المشهد وللتنوع الثري والحرية واحترام الخصوصية، إذ كان كل فرد يفعل ما يريده ويحترم حق الآخرين في نفس الشيء. وبدلاً من أن يشعر زوجي بالغربة شعر باللهو والتجدد وحاول أن يجعلني أرى التغيرات بعينيه. وبالفعل حاولت ذلك، وأعدت النظر في حنيني إلى الماضي، لقد أحببت جمال وهدوء عالم طفولتي وشبابي، وكنت أتحيز للرقي والجمال الذي كانت تتمتع بهما تلك النافورة، لا بأس، ولكن ذلك ذهب الآن إلى غير رجعة، فهل أقضي بقية عمري أنعي ما كان، أم أحتضن ذكرياتي وأقدر الماضي، ثم أحاول ما في جهدي أن أصبح جزءاً من هذا العالم (الآن). على أن أختار بين أن أصبح متفرجاً غاضباً أو أن أعيد النظر في الأمور.

وشعرت بالامتنان لزوجي فما كنت أظن أني أستطيع ذلك بدونه، بدأت أمعن النظر فرأيت الحرية

والألوان الزاهية في ملابسهم رأيت الأمل والحب والرقة وسط ازدحام وبؤس الحياة العصرية، ورأيت سعادتهم وهم يعيشون متعة اللحظة دون أية مزاعم عن المستقبل المظلم المرعب، رأيت الكفاح والألم واللايقين، ورأيت أيضا الجرأة التي يتواصل بها الشباب والتي يعبرون بها عن سرورهم من خلال أزيائهم ولغتهم وطريقة تلامسهم .. شعرت بأني أكثر شباباً وبأني أتواصل معهم.

ولكي نحكم حياتنا الخاصة علينا أن نقر بأننا قد تعبنا من الحيرة بين إرضاء الآباء والأبناء وعلينا ألا نتمادى في ذلك، ولسنا مضطرين لتحمل مسئولية كل ما يعتبره أبناؤنا مسئوليتنا.

كانت امرأة أعرفها تمر بفترة عصيبة فقدت فيها مشروعها الذي بدأته وأدارته بنجاح لمدة خمسة وعشرين عاماً، وكان زوجها في نفس الفترة قد أصيب في حادث قد يقعده جزئياً بقية حياته، وكان عليها أن تمر بعملية جراحية لها احتمالاتها الخطيرة. وفي وسط كل هذا أخذت ابنتها تذكرها بكل الدمار الذي ارتكبوه في طفولتها. وأرى أنه مهما كانت الأخطاء سواء الإهمال أو الوصاية فقد حظيت الابنة بالحب والمساندة بكل السبل التي أستطاع أن يوفرها لها والداها، قالت الأم : «ماذا أقول؟ ماذا أقول؟ إن العالم كله ينهار فوق رأسي» فقلت لها: «كان يجب أن تقولي لها أن تغرب عن وجهك — إن القرار قرارها الآن فإما أن تفعل شيئاً بحياتها أو أن تضيعها في الرثاء على حالها والاعتماد عليك».

إننا ببساطة لا يمكن أن نحمل عبء الشعور بالذنب، ذنب المطالب غير المعلنة للآباء وانتقاد الأبناء — لقد قدمنا أفضل مالدينا وهذا يكفي. قد نضطر أحياناً أن نضع حدوداً لجيل الكبار وجيل الصغار وهو ماكانت تنقصنا الشجاعة قبل ذلك للإقدام عليه، فإذا كانوا يشعروننا أننا نقوم بدور (النذل) طوال الوقت، فقد نضطر أن نقول (فليبعد الجميع عني)، ولكن إذا قلناها بغضب سنشعر بالذنب، علينا أن نصر أن يرى الاخرون احتياجاتنا (نحن)، قد نضطر لدخول صراعات من أجل حياتنا ومن أجل تحققنا، إننا لكي نستطيع أن نحب من قبلنا ومن بعدنا (يجب) أن نحب أنفسنا، علينا أن نبدأ في أن نكون آباء محبين مراعين لأنفسنا، وإلا لن نحمل إلا الإحباط والغضب للآخرين وبإصرارنا على حقنا في أن نغذي حياتنا، سنجد لدينا القوة لمواجهة تلك المتطلبات الواقعية التي لا يمكن تجنبها. لايمكن أن نكون جاهزين دائماً لشحن عواطف الآخرين، يجب أن نجد الوقت لنتعامل مع الاحتياجات الحقيقية العاجلة لمنتصف عمرنا.

أقول لنفسي على سبيل السلوى إنه ليس على أن أتكيف مع (كل شيء) لكي أشارك في الحياة. وأن لي الحق في بعض المقاومة. فأنا لا أوذي أحداً إذا لم أستطع أن آلف رؤية أناس عراة يهرجون على المسرح، أو لو كنت لا أريد أن أستمتع بما هو متاح اليوم من حرية جنسية— فلير الناس أن في ذلك خسارة لي— وليتركوني وشأني مع مشاعري ذات الطراز القديم.

عندما تزداد حولي الخرسانة والزجاج أكثر مما أحتمل، أبحث لنفسي عن منافذ ولو وقتية، قد أهرب إلى الغابة أو الشاطىء، وأذهب حيث لا يكون أول أكسيد الكربون أكثر من الأكسجين الذي أتحيز له، وقد أجد الراحة عند أصدقاء يشاركونني إحباطات منتصف العمر. ويمكنني أن الجأ — كالكثيرمنا— إلى الطبيعة— وأستمتع بما بقي منها. وبالجهد الواعي سأسمح لنفسي برفاهية أن أتقدم في السن وأن أبدو كبيرة دون الخوف من أن سنوات عمري تظهر عليّ.

أريد أن أواصل الاهتمام والحب وأن أشعر بالحب والمشاركة لصراعات الأكبر والأصغر. ولكني أفكر

أكثر وأكثر فيما أنا بحاجة إليه لأشعر أني على علاقة وثيقة بالحياة وأني أنضج. من حقي أن أقضي بعض وقتي وطاقتي في الاهتمام بحياتي – وأنوي أن أفعل ذلك.

إن لمنتصف العمر احتياجاته وتحدياته الخاصة، ولكل منا الحق في الانشغال بدرجة بما يريد أن يصنعه في هذه الفترة من عمره.

❖

الفصل الثالث

الخطأ النسائي

أرى أنه من المناسب الآن الكتابة عن مشكلة المرأة – هل تحرر أم تستعبد، إذا كانت هذه هي الاختيارات المطروحة أمامنا، ذلك أني قد شاهدت لتوي ميلينا ميركوري(★) في فيلم «وعد في الفجر»، وحيث إني كنت أفكر لعدة شهور عما عساي أن أقول عن «حركة تحرير المرأة» وجدت نفسي أتساءل عمن أختارها رمزاً للمرأة – ميلينا ميركوري أم چيرمين جرير؟

وحيث إني لم أعرف أيا من السيدتين معرفة شخصية، فسوف أتناول التصور العام لهما وهو مالا أعتقد أنه موضوع نزاع. إن ميلينا ميركوري تجعلني أزهو فخراً وسروراً لانتمائنا إلى نفس الجنس، بينما تجعلني السيدة چيرمين جرير– أنا المرأة المتحررة– أركض إلى أقرب مطبخ لأصنع كيكة– لأطمئن نفسي أني لست مضطرة لأن أشاركها تعصبها النسائي.

إننا في كفاحنا من أجل الذات في منتصف عمرنا لانجد أنفسنا في مواجهة صراعاتنا الداخلية عن دور المرأة فحسب، بل نجد أننا جزء من ثورة اجتماعية في هذا الصدد. وبينما نحاول أن نواجه مشاكل انقطاع الدورة والعش الخالي وما يعنيه كل ذلك لمشاعرنا كنساء، نجد أنفسنا في وسط معركة عن معنى أن أكون امرأة من الميلاد حتى الممات! ومن تتوجه إلى الداخل في تلك الفترة في محاولة لاكتشاف حقيقة ما تشعر به، نرى أن تذكيرها الدائم بالقضية الأكبر يكون فوق احتمالها، خاصة وهناك اعتقاد بأنه مهما كانت المتغيرات التي تسفر عنها الثورة الحالية فلن يكون لدينا متسع من الوقت لكي يؤثر ذلك على حياتنا.

أنا لا أومن بذلك بل إني أعتقد أن النضال من أجل حقوق المرأة قد يكون بمثابة المُحفزّ الذي نحتاجه في رحلة البحث عن النفس وهناك –ما يزال– (متسع) من الوقت للاستفادة الجيدة بما قد نكتشفه عن أنفسنا.

ومن تشعر أنها تعيش النمط الذي ترسمه النساء المحررات من الوقوع في براثن غسيل المخ والقيام بدور ربة البيت المستعبدة التي لم تحقق ذاتها مطلقاً، يمكنها أن تستفيد من الأفكار الحالية في إعادة تقييم المعنى والهدف من حياتها. إنني لا أنفي واقع أن الكثير من النساء يشعرن أنهن مواطنات من الدرجة الثانية، وأن أحلامهن الشخصية غير متحققة، وأن هذا المناخ المناضل سيساعدهن كثيراً في الكشف عن ملكات أوسع . فهن –لأول مرة– يدركن كيف حوصرن بالقيود التي فرضها الآباء والأزواج والمجتمع بشكل عام،

(★) ميلينا ميركوري ممثلة يونانية ولدت عام ١٩٢٥ في أثينا لأسرة ذات وضع سياسي كبير، درست المسرح وعملت بالتمثيل ضد رغبة الأسرة ولاقت نجاحاً كبيراً في عملها وأصبحت بعد ذلك وزيرة للثقافة في اليونان، توفيت عام ١٩٩٤.

فتبدأ أوتار جديدة داخلهن تستجيب لسماع ضيق وغضب جماعات حقوق المرأة، وتبدأ مشاعر الاستياء العميق على كل جانب لم يستغل فيهن كأشخاص. قالت لي صديقة: «في الربيع الماضي كنت مترددة بشأن اشتراكي في «مسيرة النساء» فقد كنت مستاءة لبعض ما تقوله تلك الجماعات من أشياء غبية ساذجة – ولكن شيئا ما جرني إلى المكان في الوقت المحدد واشتركت في المسيرة، شعرت بابتهاج عظيم وبتصميم على أن أطور نفسي كإنسان. كنت أظن أنني قد سويت داخلي الصراعات الجوهرية عما أفعله بحياتي، لكن في ذلك اليوم كان هناك شيء في الأفق، لقد رجّت تلك النساء المطالبات بالحرية والمساواة شيئاً ما داخلي– وكنت بحاجة إلى ذلك».

إن من تعلّمن في طفولتهن أن بعض الوظائف والأنشطة تصلح للنساء، والبعض الآخر لا يصلح، ومن قيدت اختياراتهن في الطفولة، ورأين إخوتهن الصبية يحققون الطموحات التي لم يكن لهن تحقيقها– سيجدن في الثورة الحالية نبعاً من الإلهام وموّجّهاً للكشف عن الغضب واليأس واكتشاف مالم يتم اكتشافه في مسيرة التحقق. ولنذكر أن منتصف العمر ليس بالوقت المتأخر لمحاولة الانطلاق ولتحدي الذات للقيام بمهام جديدة.

قالت لي سيدة في منتصف العمر: «نشأت في مدينة ساحلية وكنت وأنا طفلة أتمنى أن أصبح قبطاناً بحرياً ولكن والدي اشار عليّ بدارسة الآلة الكاتبة والاختزال، وبالفعل أصبحت سكرتيرة على مضض، ثم أصبحت زوجة وأما – دون أي مضض بالمرة– وعندما وصل أولادي إلى التعليم العالي قررت أن أوفر ما أستطيع توفيره من مال لأتمكن من شراء قارب، وبالفعل اشتريته وعلمني أولادي كيف أبحر به، وعندما تركا المنزل واستقلوا بحياتهم قررت أن أستغل مهاراتي بحيث أكون بطريقة ما على علاقة بالبحر، فعملت سكرتيرة بمعامل لوصف المحيطات، ومازال عملي هو الكتابة على الآلة الكاتبة ولكني أشعر الآن أنني جزء من فريق يقدم بحوثاً رائعة عن أخطار تلوث المحيطات . أشعر بسعادة لم أشعر بها في حياتي مطلقاً».

وقالت لي سيدة أخرى «كان في عائلتنا أي امرأة تريد أن تعمل لابد وأن تعمل بالتدريس، فعملت بالفعل مدرسة لمدة خمسة وعشرين عاماً ولست نادمة على ذلك بل إني نجحت في عملي تماماً، ولكن كان بداخلي منذ كنت صبية صغيرة توق إلى السفر وإلى معرفة أنماط مختلفة من البشر، ولو أني اختار مهنتي اليوم لوددت أن أكون باحثة انثروبولوجيا. وعلى أية حال فعندما استقلت من التدريس منذ عامين التحقت بالعمل التطوعي في ((volunteers in Service to America (VTSTA)وعملت لمدة عام بمدرسة في أبالاشيا والآن أستعد للذهاب إلى جواتيمالا للإشراف على دورة لتدريب المدرسين. ... أخيراً استطعت أن أشبع ما كنت أتوق إليه».

وعلى جانب آخر ترى بعض النساء أن هذا المناخ من القلق والاستياء هجوم شخصي على حياتهن، ويشعرن بالانزعاج الشديد لهذا الرفض الحاد، وبالإهانة للهجوم على الدور الذي يقمن به عن قناعة، ومن هذا النمط تقول جدة «إن أسعد أيام حياتي هي الأيام التي كان فيها المنزل مليئاً بالأطفال– لم أشعر بالضيق من شيء حتى الحفاضات المتسخة والأنوف التي تسيل أو الشهادات المدرسية الفظيعة، كنت أشعر أنني أقوم بالدور الذي خلقني الله له، كنت أكره النوم وأحب الاستيقاظ. كان عالمي مليئاً بتلك السعادة. أما الآن فحين أستمع لهؤلاء النساء أشعر أنني مختلة أو غبية».

إنه لمن المؤلم تماماً أن يقال للمرء إنه قد أهدر حياته -وهذا غير صحيح- إن التقليل من شأن الأمومة وتربية الأطفال ومن قيمة الإحساس الغريزي بالاحتضان الموجود لدى العديد من النساء يبلغ من الشر والظلم والخطورة مثلما يبلغ الرأي القائل بأن النساء لايصلحن إلا لهذا الدور ووسط صيحات دعاة التحرير التي تعلو بغضب، يصعب على أي فرد أن يتمسك بوجهة نظره الشخصية فيما يراه ثريا تماما.

وقد يرى المحللون النفسيون أنه حين تشعر المرأة بالحزن والغضب والاكتئاب بسبب الشعارات التي ترفعها جماعات تحرير المرأة فإنما يدل ذلك على أنه في أعماق تلك المرأة يكمن الشعور بالحرمان ولكنها تقيم جدراناً دفاعية ضد تلك المشاعر. إن هذه التعميمات المعروفة قد تحمل بعض الحقيقة، ولكن المشكلة أعقد من ذلك كثيراً. فإن من كان العمود الفقري لنشاطها هو البيت لابد وأن يكون منتصف العمر هو وقت التحدي والخوف لتقلص مهماتها ولابد أن تتساءل عن مغزى ومعنى حياتها بعد أن يكبر الابناء، فإذا اطلقت عليها قنابل الأفكار بأن حتى (ماضيها) كان أقل مما تظن فلابد وأن تشعر بالحيرة والارتباك وهي تبحث عن أشكال جديدة مختلفة للاستمرار في دور الأم الحانية الذي كانت تقوم به. في الواقع إن العديد من النساء يجدن بهجة وسعادة في المهمة التقليدية للمرأة، وهن بحاجة للاحترام والتشجيع للبحث عن منافذ جديدة لمواهبهن المحترمة تماماً. إن أطفال العالم كله اليوم بحاجة إلى الأمومة أكثر من أي وقت مضى، ويمكن لمن ترى أن الأمومة شيء رائع ويستحق العناء أن تجد سبلاً جديدة للتربية ورعاية الصغار في المستشفيات ومراكز الرعاية أو تبنى الأطفال أو مساعدة المعلمات وغيرها من سبل الجهاد ضد الفساد واللاإنسانية التي تنخر في بلادنا. علينا أن نستفيد تماما من الجدل الجاري، وأن نستعين به في فحص الذات وفي مواجهة الاختيارات التي قمنا بها وأن نجعل منه حافزاً للتفكير في سنوات عمرنا القادمة. -إننا جيل منتصف العمر- على اختلاف خبراتنا ووجهات نظرنا- لدينا الكثير الذي نقدمه في إعادة التعريف بمن تكون المرأة ، وعلينا -بدلاً من أن ننحي أفكارنا جانباً- أن نؤكد على حقنا في أن نكون جزءً من الثورة وأن تسمع أصواتنا وأن نأخذ فرصتنا في المشاركة الفعالة بخبراتنا ونضجنا.

وأذكر هنا امرأة منتصف العمر التي عاشت «محررة» طوال حياتها، وأجد نفسي ومعظم صديقاتي في تعدادها، وأينما أسمع مناقشة ساخنة عن حركة حقوق المرأة، مالها وما عليها، لابد أن تقول امرأة من المناضلات: «إن مشكلتنا الكبرى ليست الرجال، وإنما هي الأخريات من النساء، فقد لقننا ونحن اطفال أن المرأة هي العدو اللدود في هذا الصراع، لقد تعودت النساء تماماً على دور المواطن من الدرجة الثانية ، وقمعن طموحاتهن الخاصة، لذا حاربننا بشراسة أكثر من الرجال» . قد يرى البعض صحة ذلك، ويراه البعض الآخر مجرد هراء. في حقيقة الأمر أن الكثيرات منا- سيدات منتصف العمر المحررات (ندرك الخطر الحقيقي) للتحرر الذي عشناه، ولتفعل المناضلات خيراً ويستمعن إلينا. إني عندما أشاهد مناقشة في التليفزيون عن هذه القضية لا يدهشني أن من يضع بعض المحاذير بشأن تحرير المرأة هن النساء الأكبر سناً وهن الرائدات في مجالات عملهن المختلفة، بينما الشابات من النساء اللائى مازلن في بداية حياتهن العملية تشعرن أنهن على يقين تام إنهن قد وجدن (الحقيقة) التي ستحررهن، وما أقل ما يعرفون!

أظن أني مؤهلة للحكم على الثمن الذي ندفعه من أجل الحرية. لقد كانت أمي امرأة محررة قبل أن يظهر هذا التعبير إلى الوجود، وكذلك كانت معظم قريباتي من النساء. ونشأت في بيئة يقر فيها الأهل بأني لابد أن يكون لي (دور هام في حياتي) لا يقتصر على رعاية البيت والأولاد. كان هذا الجيل من الطبقة المتوسطة، يتمتع بوجود مربيات مقيمات، وأرجو ألا يؤخذ هذا الجانب باستخفاف، لقد قاست العديد من

نساء جيلي لعدم وجود مربيات، ومرون بمشاكل وحيرة بين ترك الطفل المصاب بالجديري مثلاً وبين الالتزام بإلقاء محاضرة في مدينة أخرى. وتقول سيدة «من الطبيعي أن تصبح السيدة اليانور روزفلت سفيرة الرئيس للعالم أجمع فلديها مجموعة كبيرة من الخدم تدير لها المنزل».

لا يجب أن نغفل هذا الجانب، كان مثلي الأعلى من النساء في طفولتي هن السيدات العاملات الناجحات في عملهن، وكان أزواجهن يحرصون بنفس الدرجة على أن تستغل المرأة عقلها، وأثناء مراهقتي ومستهل شبابي كنت شديدة العداء لأن يكون دور المرأة هو المنزل فقط بنفس الدرجة التي أراها لدى الثائرات اليوم. وكنت أتمسك بألا يكون لي هذا المصير، لقد كنت ومازلت زوجة وأمّاً عاملة طوال حياتي، وعندما أسترجع ذلك الآن أجد الكثير جداً الذي أتمني تغييره، أشعر بالامتنان العميق لأني عشت في زمن استطعت فيه أن أحقق نفسي كإنسان. ولكني أشعر بالندم على ما لم أحققه: ففي صراعي من أجل التحقق ومن أجل أن أكون من سيدات الفكر فقدت الصلة بالمرأة داخلي. كنت عندما أغير الحفاضات لابنتي وهي طفلة رضيعة، أخشى على قدراتي الذهنية من الضمور من جراء ذلك، ولم أسمح لنفسي مطلقا بمشاعر الأمومة البسيطة المرحة، كنت أستغرق تماماً في قراءة أحدث ما كتب عن سيكولوجية الطفل بدلاً من أن أتمتع بمراقبة ابنتي وأن أشاهد العالم من جديد من خلال عينيها. وبدلاً من أن أبني معها قصوراً من الرمال أو أستنشق معها عطر زهرة، كنت أدون الملاحظات الخاصة بمقالي القادم عن تربية الأطفال. وبدلاً من الاستماع إلى تطور حديثها والتمتع بما تعلمه لي من روعة الوجود وجمال أن تراقب وتنظر وتصغي إلى الحياة من حولك، كنت أشعر بالضيق لضياع وقتي. كم كنت غبية وكم أنا نادمة على لحظات الحب الخالص التي أهدرتها.

ولكي يكون في مقدوري أن أركز أكثر انتباهي إلى عملي تحولت إلى أفضل مدير في العالم– أخطط وأنظم وأدير كل شيء طوال الوقت، ولم يخطر ببالي وقتها أن آلام الظهر المزمنة ترجع إلى العبء الثقيل الذي أحمله، والأدوار العديدة التي أضطلع بها، وليس إلى أي سبب عضوي، واكتشفت في السنوات الأخيرة أني دفعت ثمن هذه الكفاءة لأني في خضم تنظيم مسار حياتي فقدت الصلة مع نفسي ومع أقرب الناس لي.

لم أكن أبداً أماً مهملة، بل كان لدي دائما شعور بالذنب لأني أم عاملة، فبالرغم من كل ما نشأت عليه كنت دائماً عرضة لتحذيرات «الخبراء» من أنه – عملياً– فإن الخلل العقلي في الطفولة يرجع إلى الشرور التي جلبها عمل الأم. بالطبع كانت هناك أوقات استمتعت فيها بنمو ابنتي وبحبها، ولكن بشكل عام لم أكن ابداً في حالة استرخاء تمكنني أن أعيش اللحظة بكل أبعادها. كنت معظم الوقت مشغولة منزعجة نافذة الصبر.

تعبت كثيراً لكي أكون الزوجة والأم، كنت أظن أن الإنجاز إنما يعني أن أكون دائما في حالة (عمل شيء) و (تغيير شيء)، لم أقنع أبداً بما هو كائن. أتمنى لو أن زوجي وابنتي قالا لي «هوني على نفسك» ولو أني أعتقد أني ما كنت لأصغي إليهما. لم أستسلم أبداً للاعتقاد بوجود وظائف نسائية محددة، بل كنت في حالة عمل دائم وأعتقد الآن أن (هذا) هو ما يسلب المرأة إحساسها العميق بالأنثي فيها.

كان والد إحدى قريباتي من المتحمسين لحقوق (وواجبات) المرأة، وكان يرى أن المرأة لايمكن أن

تنزل إلى مستوى القيام بأعمال المنزل، وعندما تزوجت ابنته وأوشكت على أن تصبح أماً، غضب والدها وثار لأنها قررت أن تمكث بالمنزل لعدة سنوات تاركة كل التعليم الذي تعلمته ليضيع في القيام بأعمال دون المستوى. لقد كانت قريبتي أكثر حكمة مني: لم تبال بشيء، وجلست بالمنزل وأنجبت ثلاثة أطفال واستمتعت كلية بذلك، وترى أنها قد أخذت أكثر مما أعطت، ثم عندما صار أولادها على عتبة الاستقلال عادت للدراسة وتستمتع الآن بتحقيق ذاتها كواحدة من هؤلاء العظام الذين «خلقوا للتدريس». إني أحسدها للسنوات التي مكثتها بالمنزل، أحسد عدم اضطرارها للركض، أحسد «أمومة كل الوقت» التي عاشتها. اني لا أنظر للموضوع بشكل رومانسي، فأنا أعرف أنها لابد قد مرّت بأوقات عصيبة مثل أي أم، ولكنها سمحت للحياة بأن تأخذ مجراها، كانت تربي الصغار وتشعر بمذاق ذلك. وأقر بأني أرى في ذلك شيئاً أنثوياً عميقاً.

لا أذكر في تلك السنوات أن أحدنا- أنا وزوجي- قد شعر بأية انتقاص لحقوقه، على العكس من ذلك فقد كان زوجي مصدر كل إلهام وتشجيع تحتاجه أية امرأة عاملة، لم يشعر بأن إمكانياتي تمثل تهديداً له، وكان يواجه المشاكل المنزلية التي لابد منها عندما يعمل الزوجان، فكم من مرة تأخر عن عمله لأنه اضطر إلى توصيلي إلى عملي لتعطل سيارتي، وكم من ليلة قام بغسيل الأطباق وبواجبات فترة المساء (بدلاً من الاستذكار لشهادة الدكتوراه) ذلك حتى أتمكن من إلقاء محاضرة، وكم تناول وجبات لا تؤكل لأني عدت من عملي متعبة ولم أتمكن من إعداد الطعام. لقد حصلت على كل عون يمكن أن يقدمه رجل لزوجته العاملة في ذلك الزمان، وأظن أن الشابات اليوم ترين أنه كان يجب أن نتقاسم كافة الأعباء من طهي وتنظيف وشراء الطلبات وتربية الأطفال -وهو مالم يخطر ببالي ولم أكن لأختاره قط.

وعندما استرجع الآن السنوات الأولى للزواج والأمومة أذكر كيف كان زوجي يشعر بالسعادة الخالصة لكل ما أحققه، وأخشى أن أكون قد أصبت بالنظرة المتعصبة لدعاة التحرر اليوم، لقد نلت الكثير، ومن الجحود والسخف أن أشعر بالأسف والندم، ولكني أشعر بذلك، وبدون أن أقلل من قيمة التشجيع الذي حصلت عليه لأحقق ما أريده، فإني الآن أرى أن الطموح والاندفاع قد طغيا على أشياء ألطف وأرق بداخلي.

لم يحدث شيء رهيب، مايزال زواجي أهم شيء في حياتي، ماتزال ابنتي هي أحب فتاة أعرفها، كان لي عملي الناجح جداً ولا أدري لماذا إذن أنكمش خوفاً عندما أستمع إلى هؤلاء المناضلات من أجل حقوق المرأة؟

يرجع السبب في ذلك غالباً إلى أني أرى أن هؤلاء السيدات لا يعرفن الكثير عن نساء جيلي ممن تمتعن بالحرية، لقد كان لي شرف معرفة رائدات من المعاصرات لي ممن كانت لهن بصمة قوية في العديد من المجالات. وبدون استثناء فإن أكثرهن تحققاً على المستوى الإنساني هن اللاتي اعتمدن بدرجة ما على أزواجهن واللاتي سعدن بالمهمات التقليدية المتعلقة بشئون المنزل، كن طاهيات ماهرات، وكن يرين أن رعاية الأطفال معجزة، وكن يشعرن بالازدهار لأن هناك من يحتضنهن! قالت لي سيدة تحتل مركزاً مرموقاً في الدولة «إن الإحساس بالخجل والخوف والضعف هو أكبر سر نتكتمه في زماننا. ويرى زملاؤنا أننا نحمل فوق طاقتنا وإننا نتسم بالعدوانية والطموح الحاد وأظن أننا كذلك في بعض الأحيان، ولكنهم لايعرفون كم نتوق لأن نحظى بالرعاية، كم نتوق إلى أن يمسك أزواجنا بالزمام. قد أذهب إلى مؤتمر هام وأنا في قوة الإعصار، وأكافح من أجل مبدأ أؤمن به- ولكن لا أحد يدري كيف أني أمضي الليلة السابقة أرتعد من

الخوف، وكيف أكون بحاجة إلى التربيت على كتفي والقبلات، والطمأنة بكل السبل حتى تواتيني الشجاعة على القيام بعملي».

ولا يعني هذا أن الرجل بدوره ليس بحاجة إلى القيام بعدة أدور، بل إن كثيراً من معارفي من النساء العاملات يدركن ذلك جيداً، يدركن أن الرجل أيضاً يشعر أحياناً بقلة الحيلة وبالرغبة في الاعتماد على الغير، وأنه ليس مما يحط من الشأن أن تلعب المرأة الدور الأقوى في بعض الأحيان. إني لم أقابل امرأة عاملة من جيلي إلا وأقرت بأنها عندما تتأزم الأمور فإنها تحب أن تشعر أن زوجها هو الذي (يمسك بالزمام). أعرف أن الشابات من النساء تشعرن على نحو مختلف تماماً، ولكن هذا ماكان يشعر به جيلنا. إني لم أقابل امرأة عاملة إلا وكان التزامها تجاه أسرتها أعمق من التزامها بعملها مهما كان النجاح الذي تحققه فيه. ولا يعني ذلك أن الرجال لا يتحملون أحياناً العبء الأكبر من الأعمال المنزلية.

وأرى من خبرتي الشخصية أنه مهما كانت أهمية وجاذبية عمل المرأة، فإنه يبدو أن مصدر السعادة الرئيسي لها في الحياة مايزال يتمثل في كونها زوجة وأماً.

توجد بالطبع نساء لاتريد أن يكون لهن أزواج أو أبناء، وهذا من حقهن تماماً، وأرى أنه في مجتمع ديمقراطي لابد أن يحصل هؤلاء السيدات على فرص عمل وأجور مساوية للرجل.

عندما أتأمل حياتي وحياة صديقاتي (المحررات) أجد أننا قد استمتعنا بعملنا ولكن في إطار تحقيق الذات كامرأة. قالت لي صديقه تعمل رئيسة تحرير مجلة ناجحة: «مستعدة للتنازل عن دوري إذا كان لي ان أختار بينه وبين أن أحظى بمن يدفئ قدمي الباردتين في ليلة شتاء» ومن حسن الحظ أنه ليس أمامها مثل هذا الاختيار، ولكن ماتقوله هو أنه رغم كل سنوات إنجازاتها في عملها لم تجد شيئاً أكثر اهمية من أن تحظى بحب وتدليل من زوجها. وأرجو من الشابات المناضلات أن ينظرن إلى حقيقة أننا قد حصلنا على أفضل ما يمكن في العالمين (عالم المنزل وعالم العمل) واننا نكره كالجحيم أن يكون علينا أن نختار بينهما، وكل ما في الأمر انه غير واضح في أذهاننا أيهما يأتي في المرتبة الأولى في ترتيب احتياجاتنا .. فإذا كانت السيدات اللاتي تمتعن بأكبر فرص الحرية والنماء واللاتي حققن الكثير من إمكانياتهن مازلن ينظرن لدور الأم والزوجة على أنه جوهر حياتهن، أفلا توضح تلك الحقيقة أن ثمة اختلافات طبيعية خاصة وجميلة بين طبيعة أن تكون رجلاً أو امرأة؟

في المناقشات الخاصة مع صديقاتي أجد اتفاقاً عاماً على أن يكون الزوج هو صاحب الدخل الأساسي وأن تعطي الأولوية لعمله وأن ننتقل حيث ينتقل عمله، وليس لدينا الرغبة في مناصفة الأعمال المنزلية مع الزوج (رغم اهتمامنا بالحصول على أكبر مساعدة نحتاجها)، بل أكثر من ذلك فإننا نتوقع أن يتخذ الزوج القرارات الأدبية للأسرة مثل هل نشارك أو لا نشارك في مظاهرة من أجل السلام قد يلقى القبض على المشاركين فيها؟ أو هل نبحث عن ساكن أسود لمنزل مجاور في منطقة كل سكانها من البيض؟ وتعترض البعض بأنه نظراً لاهتمامنا الشديد بسلامة من نحبهم فيجب أن تترك لنا تلك القرارات. يبدو أن زيجاتنا تتمتع بمرونة كبيرة في تبادل الأدوار وبدرجة عالية من الثقة والصداقة، ونرى فى اختلاف الأدوار بيننا شيئاً جوهرياً وجميلاً، ولم نفكر إطلاقاً في قضية المساواة المطلقة.

ويبدو أن ذلك هو جوهر القضية: ماذا نقصد (بالمساواة)؟ وكل ما أخشاه هو أن كلمة «مساو»

تستعمل كثيراً كمرادف لكلمة (مماثل). إن مسألة أن الرجل والمرأة وأن البشر جميعاً متساوون في القيمة والكرامة وحق تحقيق الذات شيء غني عن المناقشة أصلاً. ولكن هل تعني المساواة أن تصبح المرأة عاملة بناء أو أن نحرم الرجال من عالمهم الخاص؟ أنا لا أجد معنى في ذلك.

إن التمسك بمساواة المرأة للرجل في الحقوق الإنسانية شيء، وافتراض أن هذه المساواة تنكر الاختلاف شيء آخر، وأخشى أن صرخة الحرية الحالية تحمل هذه الدلالة. وأرى أن التقليل من شأن الاختلاف الموجود بين الرجل والمرأة يفقد المرأة الصلة بأعمق وأهم الينابيع داخلها. يجب أن نميز بين (حقوق) المرأة و(حرية) المرأة، فالأولى ضرورية وعادلة أما الثانية فترتبط إلى حد كبير برفض متعة أن تكوني أنثى.

إن كل إنسان يصيح قائلاً «ها أنا ذا . أنظروا لي.. إن لي خصوصيتي وتفردي وليس مثل أي شخص آخر» كل إنسان يحتاج إلى الاعتراف باحتياجاته الخاصة ومهاراته وقوته وضعفه– بإمكانياته الفريدة. وعندما يأخذ الأقربون بيدنا لكي نرى ما نتميز به، تفتح الحياة أبوابها أمامنا: يمكننا أن نبني آمالنا الخاصة وأن نرسم أهدافنا الخاصة، وأن نشعر بوميض ذاتنا المتوهجة وهو مالايمكن أن ندركه بإنكار الاختلاف تحت اسم المساواة.

وأرى أنه من الخطورة أن نقارن بين حقوق المرأة وصراع السود من أجل المساواة. فرغم الاشتراك في الحرمان من الحقوق الاقتصادية والاجتماعية إلا أن الصراع من أجل المساواة لا يقبل المقارنة فالسود لا يختلفون عن البيض إلا في شيء واحد– لون البشرة، وهو لا يمثل أساسا للتمييز بينهما إذ إنه ليس بالاختلاف الذي يجعل احتياجاتهم الإنسانية مختلفة. فالرجل الأسود يحتاج لنفس الفرص والحرية التي يتمتع بها الرجل الأبيض لتحقيق أفضل إمكانياته . إن جميع الرجال والنساء من جميع الأجناس لهم حق الحصول على الفرص المتساوية التي تنمي الاختلافات الفردية. وفي هذا السياق فإن السود والبيض يتماثلون. ولكن النساء لسن مثل الرجال –فالفرق أعمق كثيراً من مجرد لون البشرة. فمن الناحية الفسيولوجية البحتة فإن كل خلية من خلايا المرأة تختلف عن خلايا الرجل، إذ أن الاختلاف في تركيب الكروموزمات أساسي في تطور الذكورة والأنوثة و بالإضافة إلى وظيفة الطمث التي تشمل نشاطاً غددياً ينتج عنه اختلاف في المشاعر والسلوك، نجد أن معدة وكلية وكبد المرأة أكبر من الرجل، أما الرئة فأصغر، وقدرتها على التنفس والتمثيل الغذائي أقل، ويحتوي دم المرأة على كمية أكثر من الماء، وتشعر بالتعب أسرع من الرجل في المدى القصير ولكنها تتمتع بقوة خلقية أكثر على تحمل المشقات طويلة الأمد، وبينما يتمتع الرجل بقوة بدنية ٥٠ في المائة أكبر من المرأة ، فالمرأة تعيش أكثر، ناهيك عن الاختلافات الجنسية الواضحة البديعة والتي تؤكد ما يبدو لي واضحاً تماماً: لقد خلقنا بطبيعة مختلفة لنكمل بعضنا بعضاً، وأومن تماماً بما أراه رأي العين وبما خبرته من حياتي– أن المرأة والرجل يختلفان في الشكل، ولكل منهما غرض طبيعي مختلف، وبناء على هذا الاختلاف فإن مشاعرهما تختلف، ويبدو أن الإيمان بالفطرة غريب هذه الأيام، ولكني أؤمن بها، ولكن عدم إدراك حقيقة ما تعنيه هذه الكلمة لا يعني عدم وجودها! فإني ببساطة لا أؤمن بأن اختلافاتنا الجنسية البيولوجية– استعداد النساء للحمل وما يتبع ذلك من نظام هرموني مختلف– لايمكن أن يكون لها أثر كبير في سلوكنا ومشاعرنا. ومن بين المخاطر التي أراها في (حركة تحرير المرأة) هي أنها –دون وعي– تشمل جوانب غير إنسانية، وأرى أن المطالبة بحضانات تعمل أربعة وعشرين ساعة يومياً تشبه سعي العلماء المكيافيليين لتحقيق الحمل خارج الرحم، وأرى أن الرغبة في العمل في زمرة البنائين، والحق

في فعل أي شيء وكل شيء يفعله الرجال الآن سوف يؤدي – إن آجلاً أم عاجلاً– إلى إنكار الفروق المطلقة الغريزية الخاصة بين الذكر والأنثى من الناحية التشريحية والفسيولوجية والنفسية.

يبدو أن هذا العصر التكنولوجي قد اضطرنا إلى نوع من هدم الذات حتى نثبت أننا المخلوقات القادرة على الحياة داخل الخرسانة والزجاج– دون أية منافذ نرى منها الطبيعة– وأننا سوف نبقى على قيد الحياة. يبدو أننا (بعد) أن نقطع كل شجرة في العالم ونستبدل بها الطرق المرصوفة سنواجه حقيقة أن الطبيعة صممت بحيث نحصل على الأكسجين من النباتات الخضراء وليس من مكيفات الهواء. ويبدو أن عبادتنا للآلة قد جعلتنا نعكف على إثبات أن الإنسان لايزيد عن كمبيوتر معقد– وربما نحيّد اختلافاتنا الجنسية لنصل إلى نقطة نتساءل عندها لماذا نريد أن نحيا ولماذا نتوالد.

أنا لا أزعم أن التجربة الإنسانية لا تتغير ولا تتكيف، فقد بقي النوع الإنساني على قيد الحياة لقدرته على التغير والتكيف عبر العصور، ومهما كانت (الغريزة) فإنها غير ثابتة، فبينما كان من (الغريزي) للإنسان النياندرثالي(*) أن يتكاثر بقدر المستطاع لكي يحفظ نوعه، فإن علينا أن نتعلم أن نكبح ما بقي من غريزة حب التوالد وإلا سيقضي علينا الانفجار السكاني. وأرى أنه يمكن أن يحتفظ المرء بإحساسه العميق بطبيعته الإنسانية وفي نفس الوقت يتكيف بحساسية مع الواقع. فعلى سبيل المثال، أرى اتجاها جميلاً لدى العديد من الشباب، فهم يخططون لانجاب طفلين على أكثر تقدير ثم تبني العديد من أطفال العالم المرفوضين. قالت لي صديقة مؤخراً: قال لي أبني وزوجته «سيكون لدينا حفيدان من جيناتنا –لتخليدنا– والعديد من الأحفاد من مختلف الألوان». ويؤكد ذلك على تمسك الإنسان بأن يتكاثر بالطريق الطبيعي المرضي الجميل، واضعا –في نفس الوقت– حقائق العصر الحديث في الحسبان، وبكل المرونة يقوم بتربية أبناء العالم بطريقة جديدة ومختلفة.

وأعتقد أن ثمة علاقة وثيقة بين المطالب الغاضبة للمناضلات بالمساواة دون أية فروق، وبين مناخ عام من احتقار الطبيعة، مثل ذلك الاتجاه الصارخ الذي يقوده البعض من حركة تحرير المرأة والذي يرفض الزعم بأن حمل الأطفال يسبب إشباعاً نفسياً عميقاً ويعتبرون ذلك ضرباً من ضروب الخرافة الخالصة. إن هذا الطريق ليس بأي حال طريق التحقق لأي فرد، بل إن إنكار المعجزة يعتبر ضرباً من الجنون. إننا بذلك ننبذ ماهو جوهري في مشاعرنا الإنسانية سعياً وراء بعض الحرية العقلانية الغامضة، وأرى في ذلك فراغاً وخواء ولا إنسانية. ومثال آخر يعبر عن ذلك هو نفاذ الصبر مع الأطفال والانشغال بأسرع وأكبر كمية يمكن أن يتعلموها في السنوات الخمس الأولى من عمرهم، فنحن لا نحتمل أن نترك الحياة تتفتح أمامهم وأن نثق في نموهم، لدينا الآن معامل جامعية تبحث عن آفاق جديدة للقوة الذهنية في الطفولة، ولدينا فكرة مجنونة من أن الطفل الذي يتعلم القراءة والكتابة في سن ثلاث سنوات تكون سنوات عمره التسعون بعد ذلك أكثر إفادة.

نجد اليوم عدم رغبة في (النظر) إلى الأطفال، وإدراك المهام الطبيعية لسنوات النمو، واحترام معجزة النمو التي تجعل كل طفل ينشأ في جو مناسب من المثيرات المحببة يصل إلى لحظة (داخلية) طبيعية يتعلم ويفهم فيها الأدوات والمهارات الضرورية المطلوبة لمزيد من النمو. إن أي طفل يشعر بالحب والقبول ويحاط

(*) الإنسان الأوروبي قبل العصر الجليدي الأخير، وينسب إلى وادي نندرثال في أوروبا الوسطى حيث وجدت عظامه.

بأناس متفتحين شغوفين، وتمنح له فرص المغامرة أثناء اللعب وتوفر له بيئة ثرية بالمثيرات سيتعلم القراءة والكتابة في سن السابعة أو الثامنة على الأقل، ولكننا لا نستطيع الانتظار ولاتوفير هذا المناخ، وأجد أن ذلك يرتبط بصورة أو بأخرى بما تشعر به النساء لكونهن نساء، فإذا لم تقبل المرأة ولم تستمتع بخصائصها كامرأة تستقبل الحياة وتربي الصغار من أجل المتعة الطبيعية البسيطة التي يجلبها ذلك، تصبح نافذة الصبر وساخطة وتشعر بأنها مكرهة على إصلاح الطبيعة. أرى أن الضغط على الأطفال للتعجيل بنموهم ناتج عن عدم رضا المرأة بدورها كحاضنة للصغار.

ومثال آخر لما أراه غير إنساني في إنكار الاختلاف هو البحوث الجنسية التي ظهرت في الخمسة والعشرين عاما الماضية. إن التركيز على الحقائق الجنسية والتأكيد على حرفية العلاقة الجنسية يؤدي إلى آلية إحساس المرأة بالجنس، وأرى أن المدخل الحرفي لشيء تلعب فيه (المشاعر) دوراً كبيراً هو مدخل غير أنثوي. ومثال على ما أقول هو ذلك الاكتشاف الذي هز الأركان والذي جاء به علماء الجنس من أنه لايوجد إلا نوع واحد من «الأورجازم» (الذروة الجنسية) هو الذي يحدث عن طريق البظر، وأن الرأي القائل بوجود «أورجازم مهبلي» لهو ضرب من ضروب الخرافة إذ أنه (لم يلاحظ في المعامل) .إن الأدوات المعدنية التي تستخدم في البحوث الجنسية ليس في مقدورها أن تظهر هذا التمييز. أنا لن أقول وجود شيء مثل «الأورجازم المهبلي» بهذا المعنى الحرفي، إذ أن الحقيقة الفسيولوچية الخاصة بالإثارة عن طريق البظر هي وحدها الواضحة، ولكن ما أقوله هو أنه مهما كانت المسميات فإن ثمة (مشاعر) مختلفة تتجاوز كثيراً ما يقوله لنا علم الفسيولوچيا، وإن ما ندركه بالحدس يمثل مصدراً قوياً للمعرفة مثل ما تكتشفه المناهج العلمية المعملية.

ومن تريد أن تتعلم الكثير عن المرأة والجنس فعليها أن تقرأ كل ما يمكن أن تصل إليه يداها من مؤلفات دوريس ليسنج Doris Lessing، وعندما ظهر ذلك التقرير الخطير بأن الأورجازم المهبلي هو حبكة خيالية من قبل النساء العاطفيات والمعالجين النفسيين من أتباع فرويد تذكرت ما قرأته منذ سنوات لدوريس ليسنج في كتابها «االكراسة الذهبية»: «بالنسبة للمرأة .. فإن الجنس يكون أفضل عندما لايخضع للتفكير والتحليل .. إذ تشعر المرأة بالضيق عندما يتحدث الرجل عن حرفية الجنس .. إنها تحب أن تبقي على العواطف التلقائية الضرورية لإرضائها ...

إن الأورجازم المهبلي هو شيء عاطفي تماماً، يستشعر كعاطفة يعبر عنها بأحاسيس يتعذر تمييزها عن العواطف. إن الأورجازم المهبلي هو ذوبان في إحساس عام مبهم كأنك تدور في دوامة دافئة. هناك عدة أنواع من الأورجازم عن طريق البظر، وهي أكثر قوة ... ولكن ثمة أورجازم أنثوي حقيقي واحد هو عندما يأخذ رجل- بكل احتياجه ورغبته -امرأة وهو يريد منها كل الاستجابة».

إن الجانب الطبيعي الغريزي التشريحي الهرموني الخاص بالمرأة هو الذي يؤدي بها إلى أن تشعر أكثر بالتجربة الجنسية حين تأتي مشاعر الحب قبل الإحساس البدني، وهذا هو المقصود «بالأورجازم المهبلي»، فهناك خصائص في الطبيعة الإنسانية للمرأة تجعل الجنس يرتبط إلى حد بعيد بطبيعة العلاقة ذاتها، والمرأة التي تحب حباً عميقاً لا يعتمد عندها الرضا الجنسي على المهارات الفنية التي يعرفها من تحبه. إن الممارسة الفنية الخبيرة للجنس تؤدي إلى أورجازم عن طريق البظر- وهو مايمكن أن تقوم به المرأة بنفسها!! إن ما تعنيه المرأة المحبة «بالأورجازم المهبلي» هو أن ما تشعر به هو ببساطة شيء غير موضعي، إنها تشعر بإحساس

عظيم بالانفتاح والذوبان، إحساس صوفي بأنها صارت جزء من العالم كله. ويطلق العالم النفسى د. إبرهام ماسلو على ذلك اسم «تجربة القمة»، وقد يقول عن ذلك معلمو اليوجا «لحظة الاستنارة»، وتصف المسيحية ذلك على انه الوجود في (حالة من النعمة)، إنها في الواقع تجربة «دينية» بمعنى أن المرء يصبح جزء من «الكل» ويشعر فيها بانتمائه العميق للكون الكبير. وينتج ذلك بالحب وبالشعر وبالموسيقى العاطفية أكثر من حرفية إثارة البظر. إن الأمر يتعلق «بالعواطف» التي لايمكن أبداً أن تظهر في المعامل أو تختبر بالأجهزة الكهربائية.

ولقد أجرت فرق تحرير المرأة الكثير من البحوث الجنسية التي تؤكد قدرة المرأة على الكثير والمتنوع من أورجازم البظر، ويبدو أن إحدى دعامات حركة حقوق المرأة هي الحق في أن يضمن الرجال لهن هذا الإشباع، يبدو اننا على حافة متاعب! إن ذلك ينكر إمكانية تحقيق هذه الحالة الوجدانية التي تعتبر المعجزة العميقة التي لا توصف لإمكانيات المرأة الجنسية، ويجب أن يكون واضحاً تماماً للنساء أن (إصدار الأمر) للرجل بأن يكون أكثر جنسية– بأي طريقة– هو الضمان لفقدان الشريك.

قد يكون هناك علاقة بين زيادة نسبة الضعف الجنسي والشذوذ من ناحية وتأكيد المرأة لحقوقها على نحو أكثر حرية من ناحية أخرى. إن إنكار الاختلاف بين الذكر والأنثى سيفقد المرأة (كل شيء) إذا لم تتصرف بحرص، فالرجل يستطيع ألا يقيم علاقات جنسية كما تستطيع المرأة، وهو يعتمد على وجود علاقة سعيدة بين المخ والأعضاء التناسلية تجعل لاحيلة له –في حالة عدم وجود رسالة سارة بينهما– أن تؤدي الوظيفة، وهذا من ضمن الاختلافات بين الرجل والمرأة، واعتقد أن السيدات الراديكاليات ستشعرن بالغضب إذا أدت تصرفاتهن إلى أن يشعر الرجال بالانكماش والتهديد.

إن سيدات منتصف العمر يرون أن الانشغال الحالي بحرفية الجنس أكثر من المشاعر والعلاقة ذاتها شيئ يؤدي إلى عدم الاستقرار. قالت لي سيدة جميلة في الثالثة والستين: «لقد قرأت كتاب» «المرأة الشهوانية» ورأيت كيف أنني كنت أنثى فاشلة، فالبرغم من أني متزوجة منذ خمسة وثلاثين عاماً ويجمع الحب بيني وبين زوجي أكثر من أي وقت مضى، إلا أني أفضل (الموت) على أن أفعل ما جاء في هذا الكتاب».

في الأوقات التي يتملكنا فيها الشك في مدى جاذبيتنا والرغبة فينا يكون من المقلق أن نحمل على الشعور بأن أسلوبنا في الحب قد اصبح طرازاً قديماً وتقليدياً وغير متصور، وإن كان ذلك قد يساعدنا على النظر إلى الأفكار الجديدة وربما إلى تجريب بعضها، وياله من ترياق لركود منتصف العمر! وعلى أية حال يجب ألا نولي ظهورنا إلى هذا المدخل الذي يبدو آليا خاليا من الرومانسية والشعور بالإنسانية للعلاقات الجنسية لأنه جزء أساسي من المشهد الحالي، ومن الأفضل أن نتعرف عليه بدلاً من أن نسقط فيه.

انني بقولي إن إنكار الاختلاف بين المرأة والرجل هو شيء غير إنساني لا أقصد أن الظلم لا يعنيني، فتلك قضية مختلفة تماماً. وبدون المساس بالاختلاف الموجود بيننا، فإن لنا حقوقاً إنسانية! فالظلم شر أينما وجد، وأشعر بالحنق الشديد للتمييز ضد النساء في فرص العمل والأجور، يجب أن تمنح المرأة فرصاً أكبر لتحقيق ذاتها، إن الواقع يثير السخط في الكثير من الإحصائيات ويجب علينا أن نوجه غضبنا إلى هذا النوع من الظلم دون أن تنفصل عن الرجال ودون أن نرفض الاختلاف الأساسي البين لكوننا نساء .

لا يمكننا أن نزعم أن حصول النساء على كامل حقوقهن سوف يغير وجه العالم. لن يحدث هذا. وفي أمريكا حالياً تمثل النساء أكثر من ٥٠ بالمائة ممن لهم حق التصويت، ومازالت النساء تنتخب الرؤساء ورجال الكونجرس الذين يجدون مبررات أخلاقية للحروب القذرة المستمرة. إني لا أرى أي تقدم ملموس في المجتمع الأمريكي منذ حصلت المرأة على حق الانتخاب. إننا لا نطالب بالعدل لنزيد نصيبنا في الحياة، بل لأن أقل من ذلك ينقص بل حتى يقوض معنى الديمقراطية. وعندما تتحدث السيدات المناضلات عن آمالهن وأهدافهن كسبيل إلى إنقاذ العالم، أتذكر سنوات مراهقتي عندما كنت أومن بأن (النقابات) يمكن أن تنقذ العالم! وكل ماكنا نريده – نحن مثاليي الثلاثينيات– هو إعطاء العمال بعض السلطة ليتمكنوا من القضاء على الظلم، فأصبح مسئولو النقابات مثلهم مثل الآخرين: البعض يتمتع بالنبل والحكمة والبعض يأمل في مجتمع أفضل، والبعض الآخر يتسم بالأنانية والغباء والوضاعة– مثلهم مثل أي فريق من البشر. ونفس الشيء في الصراع الحالي للنساء، فبعضهن سيدات عظيمات والبعض الآخر حمقاوات.

وأعتقد أنه من ضمن مشاكلي أنني لا أشعر مطلقاً بالراحة مع أي نوع من الثورية الراديكالية. وأذكر تماماً تجاربي الأولى مع الراديكالية في الثلاثينيات، وأذكر البساطة الجميلة في تقسيم العالم إلى طيبين وأشرار. والتغيير الوحيد الذي حدث في الثلاثين أو الأربعين عاماً الماضية هو تحديد الطيبين والأشرار: فالآن جميع البيض عنصريون وأشرار وجميع السود صادقون ونبلاء، والمرأة التي تكتفي بالبيت وظيفة لها وضيعة، والنساء الثائرات سينقذن العالم. أو أن النساء ذكيات محبات للسلام يتحملن المسئولية، بينما الرجال خنازير شوفونيون.

ويؤسفني الغضب الموجه ضد النساء اللاتي لا يشاركن في هذه الثورة، ويحزنني أكثر أن الحقيقة غير المعلنة لهذا الصخب هي كراهية الرجال. من المؤكد أننا بحاجة إلى ثورة اجتماعية تحصل من خلالها المرأة على حرية اختيار ما تفعله بحياتها– نفس الحرية التي يظنون أن الرجل يتمتع بها بينما هو لايجدها في أغلب الأحيان. ولكن بهذه الحدة والتبسيط الزائد للقضايا وهو ما أراه آساسياً في الحركة– يصعب الوصول إلى شيء حقيقي واقعي بناء. لاتوجد قضايا بسيطة ولا إجابات بسيطة، والبشر تركيبة معقدة وغامضة من الخير والشر، ومن الإيثار والأثرة.

استمعت لتوي إلى حديث تيلفزيوني أعلنت فيه إحدى الرائدات عن «الحركة السياسية المستقبلية» التي ستعمل فيها المرأة من أجل مرشحات من النساء وأنهن سوف يغيرن وجه السياسة. وهذا بالضبط هو الخطأ في الحركة ككل، إنها لن تغير شيئاً، ماسوف يحدث أن بعض النساء ستقدمن مساهمة رائعة من أجل رخاء المجتمع، والبعض الآخر ستكون طغاة متعصبات وعرضة لأن تفسدهن السلطة تماماً مثل الرجال، إن بعض البشر رائعون والبعض الآخر بغضاء– وهذه هي المسألة.

لا أحد يقر التعصب بسبب الطبقة أو النوع أو اللون أو السن، وكل القواعد التي تحكم على فريق كامل من البشر بغض النظر عن قدراتهم الفردية هي قواعد لا أخلاقية. والموضوع هو هل من الأصلح أن نجعل القضية قضية حقوق (المرأة) أم قضية حقوق (الإنسان). ثمة تعصب يتجه نحو فصل النساء عن باقي البشر عموماً، ولكننا بذلك نحمل انفسنا بمفكرة خفية مليئة بالحدة والقنوط والغضب، إن ما نقوله لا يخرج عن «أني أتميز غيظاً للطريقة التي أعامل بها حتى أني لا أستطيع أن أرى الصورة الكاملة».

إن الرائدات المسئولات عن حركة المرأة يقلن إن من تكره الرجل تكون تافهة ومختلة، وهذا حقيقي، ولكن بعض السيدات الراسخات الفصيحات يشعرن أنهن لن يحققن أهدافهن إلا بالانفصال عن الرجال لأنها حركة «تحرير المرأة» وليست «تحرير الإنسان»- وهن بذلك ينكرن- على مستوى عميق- أنثويتهن وبالتالي إنسانيتهن. إني أرى بينهن افتقاراً إلى الرقة والقدرة على الاستقبال والرغبة في احتضان الحياة الإنسانية، ونادراً ما أرى الابتهاج لأننا ولدنا نساء. وأسوأ من ذلك أنهن يفتقرن تماماً إلى روح الدعابة، وهو ما أراه أساسياً للإنسانية الحقة.

إن من يتبنى شعارات حقوق المرأة سيكون عليه أن يفكر ملياً في حقيقة أننا لا نعرف أبداً كل شيء عن أي شيء، ولم نجد أبداً حلولاً سهلة للمشاكل المعقدة، وعبر التاريخ الإنساني كله لم تكتشف أي حركة اجتماعية أبداً (حقيقة نهائية). إن جمعيات تحرير المرأة بحاجة إلى قليل من الوداعة، قليل من التنويه إلى أن التساولات أكثر من الإجابات لتكسب تعاطفي مع الحركة.

وأتمنى أن تتحرر النساء من الافكار المضللة التي يقول بها أخصائيو النظافة والعديد من خبراء التربية، إذ يبدو أن هذا التقليل من شأن الأمور النسائية ورعاية المنزل وتربية الأطفال هي نتاج للصراع الرهيب بين الوصول إلى الكمال وما يستتبعه من إحساس منهك متواصل بالذنب حينما يتضح أنه من المستحيل أن تكون أرضية المطبخ براقة تعكس صورتك ومستحيل أن يخلو طفل من المشاكل.

لقد قضيت ثمانية وعشرين عاماً من حياتي الزوجية في محاولة مقاومة تأثير أنصار الملمعات والمنظفات، ورغم ذلك مازلت أشعر بالذنب والإحباط عندما أرى ملاءات بيتي صفراء قديمة جميلة ومريحة بدلاً من أن تكون ناصعة البياض. وأسأل نفسي ما السر في اللون الأبيض؟ وأجيب بشجاعة وصدق «لو قيل لنا لمدة أربعين عاماً إن الأبيض الضارب إلى الصفرة هو أجمل لون في العالم، لشعرنا بالفخر بغسيلنا بدلاً من الخجل منه»، أحيانا أفقد السيطرة على نفسي وتنتابني هوجة تنظيف- دواليب التخزين، الأماكن التي يصعب الوصول إليها من الفرن، والأركان التي لا تصل إليها المكنسة، ثم - وبجهد كبير- أعود إلى صوابي. إنه لمن العبث أن نحول بيوتنا إلى مستشفيات. ومن الممكن تماماً، بل ومما يدعو للسرور أن نترك كل ذلك وأن ننظر إلى إعلانات التيلفزيون بغضب ونقول «لا لست أنا الشخص المعني». لقد توقفت عن كي فوط المطبخ في العام الأول من الزواج (وأنا طفلة كانت الفوط تكوى وكانت توجد شغالة مقيمة)، وفي العام الثاني توقفت عن كي الملاءات والفوط واكياس المخدات والملابس الداخلية، ومازال التناقص السنوي مستمراً، وفي العام الماضي قررت أن أرى ماذا يمكن أن يحدث إذا لم تفرغ دواليب التخزين من كل ما فيها وترش بالمبيد، تركت كل شيء على حاله وعلقت علبة مبيد في كل دولاب. قالت لي الصديقة التي أتبع نصيحتها إنها في نيويورك لا تسعمل أية مضادات للعتة. على كلٍ سوف نري، وإن كنت مازلت أشعر بالقلق.. ولكني متأكدة من شيء واحد: أني لن أفرغ الدواليب وأغسلها إلا إذا تأكدت من أن تركها سيعرض محتوياتها للفساد والتلف. عندما أنظر حولي وأرى الفوضى العامة- الكتب والأوراق التي لم توضع في أماكنها، الصور الفوتوغرافية التي لم توضع في البومها، والخطابات التي لا يمكنني أن ألقي بها، وأكوام الملابس التي لم ترسل إلى الصدقة بعد- تنتابني الحالة العصبية، وأحاول ألا استسلم لها، فأحدث نفسي قائلة «تذكري ماهو الأهم» منزل نظيف ومرتب أم عملك وإيجاد الوقت للحديث مع زوجك وابنتك، الناس أم الأشياء» إن النظر بموضوعية إلى الضغوط التي تمثلها الإعلانات يحتاج إلى الوقت والتدريب والمثابرة، ويجب ألا نسمح لرجال الإعلانات أن يقرروا لنا ما نفعله فى بيوتنا، فهم أولاً لايعرفون ولا

يهتمون، وثانياً فهل فعلاً ستتحسن حياة الأسرة إذا عاشت في فراغ من البلاستيك؟

وأفهم أيضاً السبب الذي يجعل الكثيرات من الشابات ترفضن التجمُّل طالما الإعلانات تقول لهن إنها لكي تستحق لقب امرأة يجب أن تقضي ثمانية عشر ساعة يومياً تنظف وتلمع وتحارب الجراثيم، وأن تكون في نفس الوقت مثل برچيت باردو، لقد سببت لنا صناعة مستحضرات التجميل الرعب حيال معنى أن نكون جذابات، وإذا اتبعنا خطاهم سنتحول جميعاً لشيء يشبه العروسة «باربي». إن هذا هو الوقت الذي يجب أن نصرّ فيه على مفاهيمنا التي تتخطى مستوى الوعي التيلفزيوني وأن الجمال والأنوثة توجد في مختلف الأشكال والاحجام والاعمار وألوان الشعر والبشرة، وإن ما يجعل المرء جذاباً ليس هو الرموش المستعارة والشعور المصبوغة والمشدات والبشرة المدهونة باللانولين بل هو شيء يسكن في الأعماق، شيء يبتهج لكوني امرأة. ولكنني في نفس الوقت لا أرى أن الوسيلة التي نقاوم بها هؤلاء الباعة هي ارتداء الملابس الرثة وعدم إزالة شعر الإبط.

ويجب أيضاً أن نتخلص من ذنب عدم اتسام ابنائنا بالكمال، لقد فعل خبراء التربية فعلهم فينا، ولا استطيع أن أتغلب على الشعور الذي لازمني طوال واحد وعشرين عاماً من أنني المسئولة عن أية لحظة تعاسة أو فشل أو إحباط عاشتها ابنتي أثناء نموها- وأن واقع انها الآن شابة جميلة محبة هو من قبيل الصدف السعيدة.

إني احسد الأمهات الصغيرات اللاتي يستمتعن بأمومتهن بعد أن عرفنا أننا- آباء وأبناء- لايمكن أن نتجنب التقلبات الطبيعية والآلام المرتبطة بالنمو، وأنه لايمكن أن نكون مسئولين عن كل ما يفعله الطفل أو يشعر به.

إن الأمومة ستصبح أكثر متعة إذا استطاعت حركة تحرير المرأة أن تحرر النساء مما يقوله بعض خبراء التربية من أنه يمكن للأمهات أن ترددن حواراً محفوظاً لكل مناسبة.

إن مهمة - بل فرصة- امرأة منتصف العمر هي أن يحركها هذا الجدل الجاري وأن تستعين به كبعد من الأبعاد التي تساعدها في البحث عن الإجابات الخاصة الموجودة داخلها. عندما نشر كتاب «سر المرأة» شعرت بالغضب، ولكنني-فيما بعد- في مراحل نموي وفي محاولتي لأن أصبح إكثر إدراكاً واقتراباً لمشاعري واحتياجاتي الخاصة العميقة، وجدت أن حركة تحرير المرأة قد حثتني على مزيد من البحث عمن أكون وماذا أريد، وقد ذكرت آنفا أني أشعر ببعض الندم على الحياة المتحررة التي كنت أعيشها، ولم أعِ ذلك إلا وأنا أمر بتغيرات تجعلني أقرر اختيارات جديدة ومختلفة.

كنت دائماً فتاة المدينة، ولم يخطر ببالي قط قبل عامين أو ثلاثة أعوام أنه يمكنني الحياة في الريف. ولم يكن لي دراية بالنباتات، وإذا أُهديت نباتاً- حتي لو كان من النوع الذي لا يتلف بسهولة- ففي غضون أسابيع قليلة يذبل النبات المسكين ويموت مهما كانت المحاولات التي أقوم بها لإنقاذه. ولا أذكر أنه كان يمكنني حتى سنوات قليلة (ألا أفعل شيئا ألبتة). ويدهشني أني أصبحت مؤخراً من محبي مراقبة الطيور، وصرت بستانياً ماهراً ولا شيء يبهجني مثل مراقبة شجيرة ورد هزيلة وهي تنمو وتتحول إلى شجرة بديعة عطرة. مازلت لا أدري الكثير عن السماد وكمية المياه المناسبة ولكنني الآن أهتم! ولدي الآن إيمان عميق بأن كل شيء حي يزدهر بالحب ويذبل باللامبالاة.

تعلمت الكثير من مراقبة النباتات في نموها. هذا العام أهدانا صديق نبات الأميرليس، ولم أكن رأيت زهرته من قبل ولم تكن لدي أية فكرة عن شكلها، ومرت أسابيع ونحن نراقب نمو الساق وظهور البراعم، ثم انبثقت الزهرة بجمالها الآخاذ ورأيت -من جديد- معجزة التفتح، كل هذه الإمكانية الرائعة كانت موجودة بالفعل داخل تلك البصيلة الصماء الباهتة. كل ما كان عليّ أن افعله هو أن أضعها في التربة وأسقيها وأراقبها -فينبثق كل هذا الجمال من داخلها. لقد كان موجوداً في انتظار أن يولد إلى الحياة.

وأعتقد أن هناك علاقة بين تحرير المرأة وبين تلك التغيرات التي شهدتها. لقد قيل لنا طيلة حياتنا اننا يجب أن نكافح لتحقيق مانريد، ونحن نربي أبناءنا بنفس هذا الأسلوب الذي يعتمد على التعليم من الخارج وليس على ما يمكن أن يزهر من الداخل، على ماهو موجود داخلهم بالفعل لكي ينمو ويثمر، يجب أن نعي أن كل القدرات موجودة في أعماقنا في انتظار لحظة الميلاد، ومهمتنا لكي نحيا بالكامل هي أن (نستنتج ما في داخلنا وأن نسمح له بالوجود) لا أن نخترع شيئا أو نبني شيئا خارج أنفسنا.

كان هناك دائماً نوع من النبرة العالية والصراع والمطالبة والضغوط في نشاطاتي، ولكني الآن أتعلم أن ثمة خزانات من الطاقة والإبداع موجودة داخلي بالفعل فإذا نظرت وتأملت واستمعت ووفرت التربة والماء والهواء (على المستوى النفسي)، ستنبثق الزهور. لست مضطرة للصراع والتشبث وإنهاك النفس، يمكنني ببساطة أن أتفتح لما يأتي.

لم يكن لدي طاقة على الاستماع إلى الموسيقى، وكنت لا أرى في الأوبرا أي معنى ولكنى منذ سنوات قليلة اكتشفت أان محبي الأوبرا لا يهوونها لمعانيها بل لأنها تملأ الروح بالمشاهد والأصوات الجميلة، يمكنني الآن أن أجلس في قاعاتها الكبيرة واستمع إلى موسيقاها وأمتع نظري بألوانها التي تفتح عقلي وتذيب رأسي. واكتشفت فيما بعد انه ليس عليّ أن أدرس الموسيقى لكي تملأ روحي، وما علي إلا أن أترك نفسي تتفتح وتستقبل من رأسي حتى أخمص قدمي فتجرفني الأصوات القادمة إلي.

اكتشفت في نفسي ظمأ إلى البحر، رغبة عميقة لئلا أفعل شيئا ألبتة بل فقط أراقب تلاطم الامواج والضياء والظلال والرذاذ، وأن أستمع إلى أصواتها الرعدية. اكتشفت أن أعظم لحظات السعادة هي أن (اكون) لا أن (أفعل).

وأدهشني -أنا التي كان جدول أعمالها لأكثر من خمسة وعشرين عاماً يحسب بالدقائق- أن أجد الآن أن أهم حدث في يوم مشرق قد يكون مراقبة الطيور خلف كوخي على الشاطيء، وفي أبريل ومايو أراقب البط البري وهو يشرع في بناء بيته. وأصغي إلي عراك الذكور وأراقب زهوهم وجلبتهم في محاولاتهم الإعلان عن مزاياهم، وأرى الطريقة الوقورة الهادئة التي تسكن بها الإناث إلى الحقائق العملية للحياة. وتسحرني التجهيزات التي تعد للحياة الأسرية، وأنا- كالجدة المتلهفة- أطرب من سعادة الميلاد عندما تحضر البطة الأم فراخها إلى البحيرة مزهوة بهم وتنتظر بهدوء حتى يحصل أولادها على الطعام الذي يمكنني تقديمه لهم.

ذكرت في بداية هذا الفصل أني نادمة على أني لم أقض وقتاً أكثر مع ابنتي في طفولتها، لم أغذ روحي بشغفها وتعجبها ومرحها، في العام الماضي فقط شاركتني ابنتي بهجتي بالبط البري، وتسألني في محادثاتها التيلفونية أثناء وجودي بالشاطيء عن عدد من جاء منهم للغذاء اليوم، وكم عش جديد اكتشفته،

وكيف حال «شارلوت الفاجرة» (بطة متفردة تقضي وقتها مع ذكور البط بينما الأخريات تبني الأعشاش). وزرعنا حديقة خضروات في الصيف الماضي– لأول مرة في حياتي– وعندما عملت ابنتي جليسة للأطفال في سنترال بارك كنت أحيانا ألحق بها وأشعر بالطرب لدفئها وجمالها والحب الذي تؤدي به عملها. إني أحاول تعويض ما فاتني بسبب «تحرري».

وفي الصيف تذكرني طيور النورس والطيور السوداء ذات الجناح الأحمر (وكل الأنواع الأخرى التي تمكنت من البقاء على قيد الحياة بعد ال د. د.ت وعمليات تطهير الخلجان التي تقضي عليها) تذكرني بمعجزة الحياة. كيف لها أن تعرف متى تأتي ومتى ترحل؟ كيف تشعر بالخطر في لمح البصر؟ ما الذي يدفعها إلى هذا النشاط؟ ماالذي يجمعها على هذا الهدف؟ ثمة نظام في الكون، وعندما اتأمله اشعر بأني جزء منه– وأني شقيقة لكل ماهو حي.

أنا لاأريد أن أكون أنثى البط تحددني مساحة صغيرة من الغريزة، إني سعيدة لأني امرأة، أتمتع بمجالات أوسع وأهداف أكبر وقيود أقل من الطبيعة والمجتمع. ولكن شيئا داخلي الآن يريد أن يتذكر وأن يأنس بمراقبة ورؤية وسماع بعض الإيقاعات الفطرية. كنت دائما ولفترة طويلة الفاعل، المنجز، المنظم، المغيِّر، كنت دائما موجودة أعلِّم، أنصح، أقول، أحاول تطوير نفسي وتطوير زوجي وابنتي، لم أترك الحياة تأخذ مجراها، كنت دائما أحلل وأفحص وأحاول تحسين كل شيء. أعتقد أنني في خضم نشاطي وإنجازي قلت الكثير ونظمت الكثير مما حمل أقرب الناس لي على أن يجعلوا بيننا مسافة عاطفية ليحموا بها أنفسهم من أقوالي الكثيرة وأفكاري وآمالي وطموحاتي لهم ولنفسي، تعلموا بدرجة أن ينسحبوا إلى مواضع سرية هرباً مني.

ولكني أعتقد أني أتعلم، وما تعلمته هو أني قد أغلقت ذاتي عن ذاتي، وأنني لم أستغل إلا أقل المتاح من كوني امرأة عندما أصبحت امرأة متحررة. دفعت الكثير ثمن كفاءتي وحياتي المنظمة وآمالي وقدرتي على أن أحث وأدفع وأطلب أن يتشكل العالم وفق رغباتي. وجدت نفسي أفتش عن جوهر عميق داخلي من السلبية والتلقي، عن تفتح للحياة، عن هذا الجزء مني الذي يهادن ويراقب، الذي يشارك دون أن يدير الأشياء.

لم تعد لدي الرغبة في أن أقول للآخرين ماذا يفعلون، يمتعني الآن أكثر أن أراقبهم وأستمع إليهم وأشعرهم كم أنا سعيدة (بنموهم). وعندما كانت ابنتي تنمو، كان لدي إحساس دائم بأني يجب أن أفعل شيئا لأغير وأحسن من حياتها، يجب أن أعلمها وانصحها وارشدها لكي أساعدها على إنجاز أفضل. أما الآن فإني أريد أن أراقب بزوغ ذاتها، وأنا دائما موجودة للمساعدة والراحة ولكني المراقب لتفتحها وليس المحرك له، أريد أن أشعر داخلي بالحب والحنان والرقة دون أية صفقات أو مطالب. لكي تكون المرأة امرأة تماما يجب أن تكون وعاءً للحياة، أن تكون المادة الحفازة، الحاضنة– لا أن تكون المنظم الدائم.

يبدو أن كلمتي السلبية والتلقي أصبحتا كلمتين بذيئتين مرادفتين للضعف والتبعية وانعدام الشخصية، عندما أنظر إلى المد والجزر عند الشاطيء يسلب لبي عنادها، وأجد شيئا أنثويا عميقاً في النأي عن المزاعم والمطالب، وفي الحتمية البسيطة للأمواج، إنها لا تسأل شيئاً، لاتخطط لشيء، هي كائنة وحسب، إن التلقي ليس أبداً مرادفاً لانعدام الحياة، بل هو مفعم بالحركة والنشاط والقوة.

إن الخطر الحقيقي الذي تواجهه المرأة (المتحررة) هو أنها وهي تؤكد على حقوقها وإمكانياتها من اجل التطور الفكري قد تفقد صلتها ببدنها، فطوال سنوات الازدحام بالعمل، كانت رأسى تنفصل عن جسدي، كنت استخدم رأسى كثيرا دون باقي أجزاء جسمي. ومن حسن حظي أنْ ظهر اهتمام كبير لدى الأخصائيين والاطباء النفسيين بأهمية أن يعبر الإنسان عن ذاته من خلال جسمه- أي ربط المشاعر والافكار بمزيد من الوعي البدني للفرد، وفي السنوات الماضية حصلت على بعض الدروس في «تقنيات الوعي البدني» في محاولة لأن أتعلم من جديد التواصل مع نفسي، وهي خبرة هامة يعرفها من يدرسون اليوجا، أو من ينخرطون في ورش العمل التي تعنى بالتوافق البدني والتركيز.

إن تأمل طفل رضيع يتحرك أو قطة وهي تسير تارة وتبسط جسدها تارة وترقد تارة يعطيك إحساساً بإعجاز التوليفات الطبيعية. إن حياة المدينة الحديثة بمعاناتها وتوتراتها تهد قوانا، وما إلارهاق والتوتر والأرق وآلام الظهر الذي نشعر بها إلا أعراض لذلك. وقد أمكنني أن أصل إلى الحالة التي يطلق عليها شبابنا «جمعت رأسي على بعضها» وذلك عن طريق استعادة ما كان طبيعيا وعاديا في طفولتنا- كمال التنفس والحركة والإحساس بالجسم من الرأس حتى أخمص القدمين. وأرى أن خدعة العقاقير التي تبسط العقل، والاهتمام مجدداً بالاستغراق في التأمل ما هي إلا تعبير عن ظمأ إنسان القرن العشرين لاستخدام أقل للدماغ والإحساس بذاته كوحدة.

إني أحاول أن أجد السكينة الداخلية والمهادنة. وأعتقد أن ماحدث لي في أزمة الهوية في منتصف العمر كان هو البحث عن الجزء الأكثر عذوبة من نفسي، ووجدت أن ذلك يمثل لي أعمق المعاني، وعلى كل منا أن يجد طريقه الخاص في ذلك، فالتجربة تختلف تمام الاختلاف من شخص إلى آخر، ولكن ثمة شيء أكيد: إن الأنثوية ليست (ماتفعلين)، بل (ماتكونين) مهما كان ما تؤدينه. وأدرك أنّ من لم تحقق كل ما في جعبتها في مجال العمل والإنجاز، ستكون تجربتها مختلفة تماماً عن تجربتي، فكل منا يبحث في حقيقة الأمر عن توازن جديد، عن ملء ماكان خاوياً.

إني أتفق مع حركة تحرير المرأة في قضية واحدة هي حق الفرد في اختيار الدور الذي يقوم به، وفي تحديد احتياجاته، كأن يجد زوجان من الشباب ضالتهما المنشودة في اقتسام أعمال المنزل وتربية الأبناء، أو أن تقرر فتاة ألا نتزوج، أو أن يسعد رجل بالقيام بمسئوليات البيت، إن أهم ما يعلمه لنا أبناؤنا هو أن أفضل شيء لخير الفرد وخير المجتمع هو أن يجد كل فرد «شيئه الخاص»، ولكن يجب علينا في بحثنا عن تلك السبل الجديدة أن نحرص على ألا نشجع نوعا جديداً من الجزمية والتشدد. إن الأم المناضلة التي تربي ابنتها على أنها (يجب) أن تكون امرأة عاملة قد تتسبب في دمارها إذا كان هذا الاختيار لا يتفق مع (ما هي عليه بالفعل) كإنسانة، تماما كحال الفتاة التي تربي على أن مكانها الطبيعي هو المطبخ.

وأتوقع أنه في السنوات القليلة القادمة سيظهر بين السيدات المحررات نفس السخط الذي رأيناه من قبل بين ربات البيوت من الطراز القديم، ويرجع السبب في ذلك إلى تطرفنا الدائم، إن ما يصلح لفرد لا يصلح لآخر، وأنا على ثقة من أن عديداً من السيدات ممن قررن عدم الزواج أو عدم الإنجاب أو ممن أقمن زيجات تقوم على المساواة التامة يتمنين في قرارة أنفسهن أن يتولين شئون الخبيز وحياكة الثياب ورعاية الأطفال، تماما مثلما كانت في الماضي الآلاف من ربات البيوت التعيسات يشعرن أنهن حبيسات المنزل ويرغبن في فعل أي شيء آخر خارجه، إننا لا نجني إلا التبرم عندما لا نبحث عمن (نكون) وماالذي نريد

–كأفراد– أن نبذل أنفسنا فيه في الحياة.

وثمة تطرف آخر له نفس الخطورة يتمثل في المرأة التي تكتفي بالحقائق البيولوجية وتصر طواعية على أنها لاتريد شيئا لنفسها إلا منزلاً واسرة. إن هذا النكران للذات يؤدي إلى القنوط، وإلى الرغبة الشديدة في ضبط وتوجيه حياة الآخرين، فهي تمكث بالبيت وتحصر طموحاتها في زوجها وأولادها–، إن من تبيع روحها من اجل إنجازات لا تتعلق باحتياجاتها الشخصية الحقيقية تجسم الطموحات المجهضة للعديد من سيدات البيوت.

إن القضية الجوهرية ليست هي الأنشطة أو الأدوار التي نختارها، بل هي ما نفعله بها. فقد تقضي امرأة حياتها تطبخ وتنظف وتربي الأطفال ولا تكون امرأة بحق، في الوقت الذي قد تكون غيرها ممن اختارت عدم الزواج من أكثر المخلوقات أنثوية في حبها وعلاقاتها وعملها. إن أكثر من رأيتهن احتضانا وحبا كن نساء غير متزوجات وبلا أطفال، ولكن كانت أنثويتهن تتألق حبا في عملهن وفي صداقاتهن.

إن المرأة الآن بحاجة إلى الشجاعة أكثر من أي وقت مضى إذ أن مهمة البحث عن الروح الحقيقية وعن الاجابات الشخصية بما تفعله لكي تكون أكثر حياة وإنسانية مهمة شاقة بل ومؤلمة. وعلينا أن نقبل التحدي الرهيب الرائع لكي نصل إلى إجاباتنا الذاتية.

إن المسألة لكل رجل وكل امرأة هي مسألة أن يكون إنساناً، وهنا أجد اعتراضي العميق على ثورة النساء، إن هذا التقسيم المنافي للطبيعة لن يحل مشاكلنا، لقد تعرض الرجال– شأنهم شأن النساء– إلى التضليل والتدمير بسبب تلك القواعد الصارمة الجامدة عن تقسيم الأدوار، وقد حبسوا في تلك القوالب الخطيرة من أن «الرجل الحق» لا يبكي أبداً، ولا يظهر ضعفا مطلقا، لايخاف أبداً وأنه يجب ألا يكون رقيقا. إن توجيه الغضب للرجال ورؤيتهم كأعداء لهو ضرب من الجنون. وعندما أرى هذا الغضب أتساءل هل هو تعبير عن إحساس عميق بالوحدة والحيرة وسط المخاطر الرهيبة التي نعيشها اليوم، هل يمكن أن تكون رغبة – بلا أمل– من النساء في مزيد من الاهتمام من الرجال؟ إذا كان ثمة ثورة حقيقية فيجب أن تكون من أجل حقوق (الإنسان) .. حق كل شخص في أن يبحث عن معناه الخاص وتعبيره الخاص عن ذاته، وأن يستخدم نوعه وعقله وقدراته بأفضل طريقة ممكنة، لأننا في عملية اكتشاف وتحقيق الذات تستحضر أفضل مالدينا. إني أنضم إلى ثورة من هذا النوع، ثورة الصراع المشترك للرجل والمرأة للبحث عن ينابيع هويتهم وأغراضهم الشخصية والاستمتاع بالحرية والحق في هذا الاكتشاف. أما إذا فصلنا بعضنا عن بعض، فالخسارة ستعم الجميع. فبالاحتفاء بأنفسنا كبشر (بكل عظمة تباينا) سنبدأ في تغيير العالم إلى الأفضل.

❖

الفصل الرابع

ظلم الرجال .. لانفسهم

أكاد أكون قد ركزت في الفصول السابقة على تجربتي ومشاعري الخاصة، وأرى الآن أنه من الشجاعة أن يتضمن الكتاب فصلاً عن «رجال منتصف العمر». وأثناء محاولة استكشاف الموضوع بشكل مبدئي، ظهرت على السطح انطباعات قوية أعتقد أنها تستحق الذكر، ولأن غايتي هي أن أكتب عن منتصف العمر دون تفرقة بين الرجل والمرأة، ولأني أهتم كثيراً بالرجال، فيسعدني أن أكتب عنهم.

بعد المحادثات التمهيدية مع بعض الرجال، أعتقد أن عنوان هذا الفصل كان ينبغي أن يكون «أنا لا أعرف الكثير عن رجال منتصف العمر .. ولاهم يعرفون»، لقد كان الفرق مذهلاً بين حديث الرجال وحديث النساء عن شعورهم بمنتصف العمر. لم تشعر أية امرأة بالامتعاض وهي تطلعني على مشاعرها، بالعكس تماماً– كانت النساء تواقات للحديث عن خبراتهن ومشاعرهن وجاء حديثهن طلقاً متقداً. أما الرجال، فبدون استثناء كانوا مستائين ضجرين، وأظهر العديد منهم ضيقهم صراحة، ولا أظن أن السبب الرئيسي لهذا الضيق يرجع إلى أني امرأة، إذ كان ضيقهم يظهر مباشرة وحتى قبل التطرق إلى قضايا شخصية حقيقية.

كنت، على سبيل المثال، أتناول الغذاء مع رجل جذاب يبدو بين الخامسة والأربعين والخمسين، أمضينا وقتاً لطيفاً معاً في مناقشة بعض الأعمال المشتركة، وبينما كنا نغادر المقصف قلت له «آه لقد نسيت أن أتحدث إليك عن منتصف العمر» فذهل ثم شعر بالحيرة والغضب وقال في تهكم «شكراً إنك نسيت»، لم يكن هناك أي البس في أن شعوره الأول بالذهول كان مرجعه هو كيف أجرؤ على الزعم بأنه في منتصف العمر.

وتوالى حدوث ذلك المرة تلو المرة، في حفلات الغذاء، وفي المكاتب، وفي الحوارات الخاصة. إن الرجال يرفضون التفكير في منتصف العمر، وحتى إذا مروا بالصدمات– التي يبدو أنها سمة للسيدات في منتصف العمر– فإن غالبيتهم يرغب عن الحديث عنها ويوضحون أنهم لا يفكرون في هذا الموضوع– بشكل واع على الأقل.

كانت محادثاتي مع الرجال تتسم بالسطحية النسبية، تركت عديداً من القضايا دون أن أحاول طرقها ولكن كان انطباعي الرئيسي هو أن تعاسة الرجل بمنتصف العمر تفوق تعاسة المرأة، وأن ادراكه لتلك المشاعر أقل، وأن شيئا ما في الطريقة التي يسير بها المجتمع الآن قد بدلت الأحوال، فبينما يندر بين النساء من تشعر بأن «أجمل الأيام» قد ولت، فإن غالبية من تحدثت إليهم من الرجال يشعرون على هذا النحو.

بدأت بعد قليل أشعر أن الرجال أكثر اضطهاداً في مجتمعنا من النساء– لا أحد يضطهدهم– بل هم الذين يضطهدون أنفسهم.

وهذا بالطبع تبسيط مفرط، فأي شكل من أشكال الظلم عبارة عن نسيج مركّب من عدة عوامل: إن الثقافة التي ننشأ عليها تمنع الرجال من البكاء وتشعرهم بالمسئولية التامة عن الزوجة والأبناء، وتعلمهم الإمساك عن التعبير الصريح عن مشاعر الحب .. ومتى شرع الرجل في الحديث حول مشاعره عن تلك الفترة من العمر، ظهر إحساس جلي نافذ من الكآبة –بل حتى من اليأس.

في غياب الضرورة الاقتصادية والاجتماعية لإثبات الشجاعة والقوة العضلية يؤمن غالبية رجال منتصف العمر في أعماقهم أن الحماس للصيد أو الملاكمة أو كرة القدم هو مقياس «الرجل الحق»، وتعلموا أنه من المناسب أن يتعاملوا برقة مع النساء والأطفال، وألا يظهروا أبداً تلك المشاعر تجاه الرجال الآخرين. ويتفقون بدرجة ما على أن نمط الرجل الناجح هو من يعرف أكثر النكات قذارة ومن يغري أكبر عدد من النساء، ومن يذهب سراً إلى دور السينما التي تعرض أفلام البغاء.

أشعر بشدة أن رجل منتصف العمر اليوم هو الأخير من نوعه. هذا الرجل الذي يلهث دوماً بخطوات متسارعة ليوفر لأسرته المزيد والمزيد من أشياء لاتمثل حاجة فعلية للإنسان. فهو دائماً يائس قانط، وجد نفسه بسرعة في عالم الأبناء الأكثر حكمة، سيكون في وسع ابنه أن يصرخ، وأن يطلب العون، ولكنه لن يقتل نفسه طلباً للتملك المادي، ولن يطلق الأكاذيب عن شجاعتة الجنسية، ولن يتلاعب بالنساء، بل سيكون ذاته مع شريكته متقاسمين معاً الأعباء والمسرات في حياة أقل زيفاً، وأقل خوفاً من ألا يكون رجلاً– ولذلك فمن المحتمل أن يكون أكثر رجولة.

منذ شهور قليلة، توفي رجل أعرفه، كان يبلغ من العمر أربعة وخمسين عاماً، ويقول الجميع إنه توفي من شدة العمل، بالإضافة إلى أنه كان بديناً ويعاني من ضغط الدم المرتفع. ولكني أعتقد أن السبب الحقيقي هو أنه لم تكن لديه الشجاعة على الحياة. كان «الابن والزوج والأب البار» الذي عمل بشدة حتى نجح نجاحاً ربما يفوق ما كان يريده، وكسب مالاً كثيراً وأصبح محامياً. كنت أشعر دائماً أنه يحب أن يكون صاحب مطعم في بلدة صغيرة، ولكنه بدلا من ذلك عاش حياته في المدينة. كان يذهب لرؤية والدته يومياً، ولم يصرخ في زوجته مطلقاً، ولم يتقاض أتعاباً من الأقارب، كان يعمل ستة أيام في الأسبوع ومعظم الأمسيات، كان دائماً مرهقاً ومشغولاً حتى أنه لم يكن لديه الوقت ليتحدث إلى أبنائه.

هناك عشرات الآلاف من رجال مثله عاشوا حياة قصيرة مجهضة في محاولة إرضاء تصورات الآخرين عنهم، إننا نعلم تماماً أن أبشع الجرائم هي أن يقتل إنسان إنساناً آخر، ولكني أرى أن ما يعادل هذا الأثم هو أن يقتل الإنسان نفسه تدريجياً، بأن يعيش حياة قلقة متوترة خالية من أي معنى لا يشعر فيها ببهجة أو سعادة أن يكون ما ينبغي له أن يكون. قد يرجع السبب في ذلك إلى تقاضي الرجال مرتبات أفضل إلى عدم خضوعهم للتفرقة في العمل مثلما يحدث مع النساء ولكني وجدت أن حياتهم أكثر قهراً من حياة النساء، إذ تتميز النساء بوعي أكبر بأنفسهن ومشاكلهن، ولديهن القدرة على أن يتحدثن ويتحدثن، وتتدفق مشاعرهن تدفقا، يشعرن بالأسف على حالهن، يشعرن بمخاوفهن وغضبهن بوضوح تام، وهن في حالة دائمة من الفحص والتقييم لحياتهن.

استنتجت من حواراتي مع الرجال أنهم أقل مرونة وأقل تبصراً، وأنهم يحجبون أنفسهم عن إدراك مشاعرهم. رأيت كافة أشكال «القهر» – قد يرجع ذلك إلى تلقين النساء أنهن مواطنات من الدرجة الثانية، ولكنهن – لعوامل غريزية أو بيولوجية أو اجتماعية – يتعلمن أن يتعايشن وأن يتجاوزن ذلك مما ساعدهن بصورة أو بأخري على الإحساس بأنفسهن والاعتراف بمشاعرهن، والقدرة على التواصل مع الآخرين. كانت غالبية من تحدثت إليهن من النساء مرحبات بمواجهة «ما هو آت» بينما كان التجنب هو رد الفعل الغريزي لمعظم الرجال.

وعموماً، وبعد إحجام، أشركني عدد من الرجال في بعض مشاعرهم عن منتصف العمر– كانت لهم ملاحظاتهم التي تفسر وتبرر أسباب ترددهم في البداية! أنهم غير سعداء، وقد عبر عن ذلك من قال «اقترح أن يكون عنوان هذا الفصل: «أنا لم أعد الرجل الذي تعودت أن أكونه– وربما لم أكنه أبدا، إن هذا العنوان سيوضح كل شيء!».

ويحتل موضوع الاحتفاظ بالجاذبية الجنسية مكانا بارزا في قائمة الاهتمامات. قال لي رجل: «كنت إذا مررت بجوار شابة جميلة في الطريق أشعر بتيار كهربائي يسري بيننا– رسالة تعني أني أراها جذابة، وأن هذا الشعور متبادل بيننا، وفي الفترة الأخيرة تناقص ذلك بالتدريج، مازلت (أنا) أستجيب لهن، ولكن لم تعد الشابات على وجه الخصوص تشعرن حتى بوجودي، لأول مرة أدرك لماذا يتصرف الرجال في مثل سني عن زوجاتهم إلى نساء أصغر سنا، إنهم يريدون أن يؤكدوا لأنفسهم وللعالم أنه مازال لديهم «هذا الشيء» بغض النظر عن ماهو هذا الشيء».

وكان العمل هو أكثر الموضوعات التي أثيرت (ربما لأنه يسهل التحدث فيه مع امرأة). قال لي صديق: «منذ عشر سنوات عانيت لعدة شهور من اكتئاب شديد ولم أدرك ماذا بي إلا يوم ميلادي الأربعين، أدركت فجأة أن سبب الاكتئاب كان هو مواجهة هذا اليوم، قلت لنفسي لقد وصلت إلى أقصى ما يمكن، فماذا بعد؟ ستسير حياتي على نفس الوتيرة إذا حالفني الحظ أو في انحدار إذا لم يحالفني».

وفي نفس هذا الاتجاه قال لي آخر إنه شعر بأنه في منتصف العمر «عندما أدركت أن المكان الوحيد الذي أنا (ذاهب) إليه يتجه صوب المقابر!». ثم أستطرد موضحا: «حتى تلك اللحظة كنت دائما أومن بأنني إذا لم أحب عملي فبإمكاني أن أتركه إلى عمل جديد، كنت مطلوبا جدا في العشرينيات والثلاثينيات من عمري، وكانت أمامي الكثير من فرص العمل الممتازة. وذات يوم، وأنا أقوم بحلاقة ذقني، في لمحة فجائية حادة وجدت أني لا أتعرف على نفسي –كما لو أن الشخص الذي بالمرآة غريب تماما عني ولم أره من قبل، رأيت أولا كيف شاب شعري حول أذني، ثم رأيت الانتفاخ تحت عيني، ثم خطوط جبهتي– ثم رأيت وجهي بالكامل، كانت صدمة رهيبة، أدركت أنه لن يمكنني الانتقال بين الوظائف المختلفة بعد ذلك، بل أكون محظوظا لو لم يحل محلي خريج جديد».

وقال لي نائب رئيس شركة استثمار «أبلغ الآن الثانية والخمسين، وصلت إلى منصب نائب الرئيس وأنا في الرابعة والأربعين وكان ذلك يعتبر مبكرا نسبيا، شعرت وقتها بالنجاح والأمان، ومنذ أسبوعين وصل إلى هذا المنصب ولد في السابعة والعشرين! إنه حاذق ومتألق وقادر على مسايرة الجديد، يتحدث بلغة الشباب، ويحمل معه كل الأفكار المعاصرة لأساتذته في الكلية– إن المسئولين الإداريين يدركون أن العالم يتغير سريعا، وأن نجاحهم يعتمد على مدي مسايرتهم للعصر وقدرتهم على التغير، إني أتفق معهم، ولكني

أشعر بالخوف الشديد، فإذا كان نائب الرئيس في السابعة والعشرين من عمره، فمتى سأركن أنا على الرف؟» .

يشعر عديد من رجال منتصف العمر بأن فائدتهم تتضاءل، وأن الشباب الأكثر استعداداً للتغيرات المتلاحقة يحل محلهم، قال لي رجل: «إن مجرد ملاحقة التغيرات التي حدثت في تقنيات الكمبيوتر في السنوات الخمس الماضية، ومالها من آثار على أعمال البنوك تجعلني أفقد عقلي، لم يكن هذا هو الأسلوب الذي تعلمت به، أشعر أني غريب في زمني».

إن من كان يتطلع إلى سن الخمسينيات والستينيات باعتبارها فترة القوة والنجاح والأمان المادي يشعر الآن بالخوف والحذر، بإحساس خافت لكنه مرعب بأن النضج والحكمة والخبرة عادت سلعا لا يقدرها أحد.

قال لي رجل آخر: «إننا لا ندرك أننا في منتصف العمر إلا عندما تنحصر الاختيارات أمامنا. لدينا أولاد في الجامعة ونربح أكثر مما سيمكننا بعد الآن، ولكننا لا ندخر شيئا، ولدينا كل ما جمعناه من قبل - السيارات، المنزل، الأنتيكات، الآلة الكهربائية لتهذيب الخضرة، كل ما يلزم لنظام الاستريو- ونعمل على تعضيد هذه الامبراطورية وأتساءل الآن لماذا بحق الحجيم كل ذلك، وكل مساء تطالعنا زوجة منتصف العمر بأن حياتها تخلو من أي معنى، وأنها تريد أن تجد ذاتها، وأتساءل عما يمكنني أن أتطلع إليه، لا أجد إلا المزيد على نفس الوتيرة. أفهم الآن لماذا يتجه الرجال إلى شرب الخمر والعبث مع الأخريات، فهي على الأقل اختيارات أمامهم» .

دهشت عند مقابلتي للمزيد من الرجال، فقد اكتشفت أن العديد منهم يعمل بعدة وظائف. مثل محاسب في شركة تأمين وخبير ضرائب لبعض الوقت، أو مدرس رياضيات نهارا وعامل في بار ليلا، أو محام ويحاضر لبعض الوقت ليقدم خبرته عن الأملاك والوصايا. ويرجع السبب في ذلك جزئيا إلى القلق بشأن المال، والحياة فوق مستوى الإمكانيات، والاهتمام بالمستقبل، ولكن العديد منهم أعربوا عن توجههم إلى وظيفة أخرى في منتصف العمر كأسلوب يعلنون به «إني أكره العمل الذي أمارسه، ولكن لا مفر منه، لذا سوف أعمل ما أحب بعد ساعات العمل الأساسي» . قال متخصص في الإحصاء يعمل في شركة كبرى «إن عملي بالتدريس ليلا يمنحني كل الرضا، إني أحب أن أكون بين الناس، وهو ما لا يوفره لي عملي المنتظم، أشعر فيه أنني محل الحب والاهتمام، بالإضافة إلى أن ذلك عذر شرعي للبعد عن زوجتي، وبالطبع التخفيف من المشاكل المادية التي نعاني منها جميعا» .

كان المعتاد هو أن تشعر المرأة بأن عملها الأساسى قد انتهى بعد أن يكبر الأبناء ويستقلوا، أما في أيامنا هذه فإن الرجل هو الذي يشعر أن حياته العملية تتضاءل أو تنتهي باقترابه من سن الخمسين. قال لى رجل: «لاتتخيلي كم من النساء يدخلن سوق العمل بنجاح بعد أن يصل أبناؤهن إلى سن الجامعة. إن صورة المرأة التي كانت من عشرة أو عشرين عاما تشعر أن حياتها قد انتهت مع ترك أبنائها للمنزل أصبحت الآن مجرد ذكرى باهتة! وبالرغم من البطالة النسبية فإن عديداً من أصحاب الأعمال يقدرون نضجهن وإحساسهن بالمسئولية. إن امرأة منتصف العمر تثق اليوم أنه يمكنها- إذا لزم الأمر- أن تتدرب على عمل تقوم به، وأن سنوات العمل أمامها كثيرة في نفس الوقت الذي يزداد فيه قلق الزوج بشأن مستقبله» .

في الواقع أن القلق من احتمال فقد العمل في منتصف العمر له مبرراته، فجميعا نعلم تمام العلم أن

بعض من كانوا يشغلون وظائف هامة يضطلعون فيها بمسئوليات كبيرة واستمروا فيها لعشرة أو عشرين عاما وجدوا أنفسهم فجأة بلا عمل، ويرجع ذلك بدرجة كبيرة إلى الكساد غير المعلن الذي نعيشه في السنوات الأخيرة. إن رجل منتصف العمر اليوم مايزال ضحية لمجتمع يعتبر الرجل هو مصدر الرزق الأساسي وأنه إذا فقد عمله فهو فاشل. إن أولادنا سيكونون أفضل حظا منا، فهم لن ينظروا إلى الرجل من منظور الممول، أما جيلنا فما يزال متمسكا بأسطورة أن الرجل يمكنه أن يحكم مصيره الاقتصادي، فحتى إذا اضطرت شركة إلى فصل ٢٠ في المائة من العاملين بها نتيجة لصعوبات مالية تمر بها، فإن المفصولين من العمل– خاصة من هم فوق الأربعين– يشعرون أن ذلك فشل شخصي لهم.

جانب آخر .. من الخوف من البطالة في منتصف العمر يتمثل في الذكرى القديمة لآبائنا عندما مروا بفترة مماثلة من الإحساس بالدمار الشخصي أثناء الكساد المعروف الذي حدث في الثلاثينيات. كنا أطفالا هذه الفترة. وكبرنا وأصبح لدينا من المال ما يكفي لأن ننساها، كنا على يقين من أن ذلك لا يمكن أن يحدث لنا أو لأولادنا أبدا. كنا لا نتصور أن تأتي فترة أخرى يعمل فيها المدرسون والمهندسون سائقي تاكسي أو بائعين على أبواب المنازل. ولكنه الآن يحدث أمامنا ليوقظ معه كل المخاوف القديمة الدفينة – ذكرى ثورة الأب العارمة إذا طلبت الأم أن تعمل، وكيف كان يقضي وقته مختبئا بالحدائق والمتاحف حتى يخفي عن الناس أنه بلا عمل.

قال لي رجل فُصل من وظيفة تنفيذية (بمرتب سنوي ٤٠,٠٠٠ دولار): «هبطت عليّ ذكرى واقعة حدثت لي عندما كنت في الثامنة أو التاسعة من عمري – ذكرى تسيطر علي، ففي ذات صباح دخلت حجرة نوم أبي وأمي دون أن أقرع الباب لأودعهما قبل ذهابي إلى المدرسة، كان أبي يجلس على السرير ينهنه باكيا وأمي تأرجح رأسه بين ذراعيها. في ذلك اليوم أخذت طريقي إلى المدرسة جريا وقضيت الليل في منزل أحد أصدقائي. وفي اليوم التالي قالت لي أمي أن كل ما في الأمر أن والدي كان مهموما لعدم قدرته على دفع بعض الفواتير في الوقت الحالي– كان لتلك الواقعة أثرها الدائم على نفسي، وأعتقد تماما أن سعيي وطموحي كان إلى حد كبير انعكاسا لتلك التجربة. وقد أعاد فصلي من العمل هذه الذكرى بكل أبعادها، وأفقدني ثقتي بنفسي، كنت دائما أتوقع النجاح، ولكن بعد أن فقدت وظيفتي أصبحت أتوقع الفشل، ولك أن تتخيلي تأثير هذا الإحساس على المقابلات التي أجريها للحصول على وظيفة جديدة».

في بعض الحالات كان الفصل من العمل نعمة متنكرة، قالت لي زوجة : «لم أكن أنا وزوجي لنختار ذلك طواعية، كان زوجي يكره عمله بشركة العقاقير، ولكني – وأعترف بذلك– كنت أخشى للغاية أن يترك الدخل الرائع الذي يحصل عليه، وهو أيضا كان حريصا على ذلك. ثم فرض الأمر علينا فرضا، ونعيش الآن على مرتبي من عملي «أمينة» مكتبة مدرسية، وعاد زوجي للدراسة. وأرى– رغم قلق الديون المتراكمة– أننا قد تنفسنا الصعداء».

كان رجل يعمل نائب رئيس لشركة إعلانات، وفجأة فصل من عمله دون أية مقدمات، صدم الرجل وقال إنه لم يخطر بباله أن ذلك يمكن أن يحدث، لقد دأب رئيس الشركة لعدة سنوات على تقليب فريق من العاملين ضد آخر بحجة تشجيع التنافس بينهما، كان هذا الرجل على ثقة تامة من أنه «يلعب اللعبة» بنجاح كبير. وفجأة– وبدون إنذار– فصل الفريق الذي ينضم إليه، وضاع ثلاثة عشر عاما من

العمل والإخلاص والتفاني ... غمره شعور بالخديعة والرفض، وتوقف عن التفكير في فعل أي شيء. اقترحت عليه زوجته وأصدقاؤه أن يرسل خطابات إلى بعض الجهات وأن ينشر إعلانات في الجرائد ودوائر العمل التى قد تسفر عن شيء، وكتب بعض الخطابات ولكنها كانت مليئة بالتباهي والتفاخر.

ظل بلا عمل ما يربو على العام ولم يعترف بأنه يمر باكتئاب، وعندما نضبت موارده وهددت زوجته بتركه مالم يتحرك ذهب على مضض إلى مكتب استشاري للعاطلين ويقول «كنت أصر على أن أحصل على وظيفة مماثلة لوظيفتي السابقة، وكنت أرفض التفكير فى أي عمل آخر، اتصل بي صديق ليخبرني بأن لديه فرصة لي لتدريس دورة في الإعلان، شعرت بالإهانة ورفضت طلبه، لكن المستشار بالمكتب الاستشاري اقترح علي بطريقة لطيفة أن مجرد انشغالي يومين في الأسبوع سيكون شيئا جميلا في أثناء انتظاري للوظيفة المناسبة فلماذا لا أجرب مهنة التدريس من باب التسلية؟ قبلت الوظيفة، وشعرت كمن يقع في الحب لأول مرة! أحسست من أول دقيقة أنني في مكاني، لم أكتشف قبل الثالثة والأربعين أنني ممن «خلقوا للتدريس»! كنت بارزا فيها، وحدث ما هو متوقع: عينت للعمل كل الوقت. أتقاضى الآن ربع ما كنت أتقاضاه من قبل، ولكني عندما استيقظ من نومي في الصباح وأفكر في أني سأمضي يومي كاملا مع الأولاد، يخيل إلي أني مازلت أحلم!». إن فقدان العمل قد يكون بداية جديدة.

وهناك نوع آخر من الفصل من العمل لا يرتبط كثيرا بالحالة الاقتصادية. قال لي رجل: «عندما يفقد شخص عملين فيما لا يزيد عن ثلاثة سنوات بعد عشرين عاما من العمل المنتظم، وعندما لا تكون المشكلة الاقتصادية هي السبب وراء ذلك، يجب أن يسأل نفسه إذ ربما أنه (يريد) فعلا أن يفصل من العمل! كان يوم فقدي لعملي الثاني من أكثر الأيام التي تألمت فيها في حياتي –كدت انتحر وأعني ذلك حرفيا، وفي اثناء عودتي إلى المنزل حاملا هذا النبأ تحطمت سيارتي ونقلت إلى المستشفى مصابا بارتجاج في المخ وكسر في الساق مما أعطاني فرصة للتفكير، ولكني لم أستطع الإفلات من إصرار زوجتي على مناقشة الامر، كنت عادة أهرب عندما تقول إننا بحاجة إلى مزيد من المشاركة، ولكني كنت رقيد الفراش، شعرت بعد فترة بالإعياء لحديثها فبدأت أتحدث عن نفسي وعن مشاعري، فجاءت ذات يوم ونظرت في عيني قائلة إني جبان– فإذا كنت أكره عملي كبائع فلماذا لم أجرب مجالاً آخر. وبعد شفائي قررت أن أدرس المحاسبة في الفصول المسائية، أعمل الآن محاسباً بشركة للملابس الجاهزة، تخلصت الآن من الضغط الذي كنت أعيشه. إن تعريض نفسي للفصل كان أصوب ما فعلته في حياتي!».

إن أطرف ما اكتشفته أثناء تتبعي للرجال في منتصف العمر كان أن من لم يتفتحوا للحياة مبكرا كانوا أوفر حظاً، لم أجد رجلاً في مشكلة مع نفسه أو مع زوجته ممن «وجدوا أنفسهم» بعد سن الثلاثين أو الخامسة والثلاثين، كان أكثر الرجال تفاؤلا وتقبلا للسن هم من نمت مواهبهم ببطء وثبات ولم يصلوا إلى القمة مبكرا، فهم لايزالون يشعرون وهم في الأربعين أو الخمسين أن أفضل ما يمكنهم عمله مازال أمامهم، كانوا عادة قد وجدوا العمل الذي يحبونه بعد عدد من المحاولات المختلفة. قال لي رجل في الواحد والخمسين من عمره: «بناء على الجداول الإحصائية فإن أمامي حوالي اثنين وعشرين عاما! ليس لدي الوقت للتفكير في السن!».

يبدو أن أزمة منتصف العمر تكون أشق على من بدأوا حياتهم مبكرا، وتكون أقسى ما يمكن على الأولاد «المعجزة» المتقدين. إن من يلهث للوصول إلى القمة بأسرع ما يمكن يحرق نفسه تماما، إلا إذا

خطط عمدا إلى تغيير عمله في منتصف الطريق، أو عمل عملاً يمتعه بعد أن يربح ما يكفيه بقية حياته. إن من يقرر عمدا أن يترك عمله ليدخل إلى الحياة الواسعة في الخامسة والأربعين أو الخمسين يكون حظه من النجاح مثل حظ الذين لم يتفتحوا إلى الحياة مبكرا، ولكن هذا استثناء نادر الحدوث.

قرر رجل وهو في سن العشرين أن يصبح مليونيرا في سن الأربعين ثم يقضي بقية عمره كرجل آثار متطوع يسافر إلى كل المناطق الأثرية . وحقق ذلك بالفعل! ولكن هذا التخطيط غير متيسر للأغلبية التي تكون بحاجة إلى اختيارات بديلة.

وبعض من يمرون بمشاكل في منتصف العمر هم ممن كان لديهم إحساس من اليأس الصامت بشأن عملهم، وكلما تقدموا في السن أدركوا أن هذا هو الموضوع وأنه لن تكون أمامهم الفرصة لتجربة عمل آخر. وإذا كنا نهتم فعلاً بأن نساعد كل إنسان على أن يحقق أفضل مالديه، علينا أن نجد السبل التي يتمكن بها كل رجل وكل أمرأة أن يستبدل التروس في منتصف حياته. ولهذا فإننا بحاجة إلى برامج خاصة لتقديم القروض، والمنح الدراسية، ووظائف بعض الوقت، وبرامج التدريب على العمل.

إننا بحاجة إلى أن نجعل في متناول كل رجل وكل امرأة في منتصف العمر وبعده أن يعتزل وظيفته دون أن يخسر تقديره لذاته أو أمانه المادي، كثيرا ما يستمر المرء في وظيفة أصبحت لا تمتعه ولاتناسبه، فالأدوار التي كانت تمتعنا في العشرينيات والثلاثينيات من عمرنا قد لا تناسبنا مطلقا فيما بعد. إن الملل من البقاء على نفس الوتيرة لايكون بمستغرب عندما تقوم بنفس العمل لفترة طويلة جدا، فإذا وفر المجتمع الحافز الجيد فإن رجل منتصف العمر لن يكون بحاجة إلى التشبث والجز على الأسنان أو الدعاء بألا يحتل أحد مكانه.

وفي ضوء بعض المشاعر التي تنتاب العديد من الرجال عن قيمة حياتهم وعن افتقار عملهم إلى المعنى، أرى أننا بحاجة إلى مناخ ثقافي يستطيع فيه الرجال. كلما تقدموا في السن– أن يجدوا أمامهم أدوارا جديدة وفرصا جديدة– أدواراً لا يراها المجتمع أنتقاصا لهم بل العكس تماما، كأن يصبح مثلا سائق الأتوبيس بائع زهور، أو يصبح المحامي صاحب مركب صيد أو المعلم وكيلاً لشركة سياحة، أو أن يعمل مدير السوبر ماركت في المجال الاجتماعي، فعندما يشعر رجل بالرغبة في تغيير عمله ونمط حياته يجب أن تكون أمامه كل الإمكانيات الشيقة. وقد وفرت ذلك كل من برامج فيزتا (Vista) للعمل التطوعي، وفريق السلام(Peace group) بدرجة ما حيث يتقدم كبار السن من ذوي المهارات الخاصة لتقديم خدماتهم، ففي ظل مجتمع يوفر مدخرا من فرص العطاء، سيقل جزع رجال منتصف العمر من أن يحتل الشباب أماكنهم، إذ سيكون لديهم فرصة التدرج إلى أنشطة أكثر متعة أو تقديم إسهامات هامة إلى المجتمع!.

ولكن في غياب الاعتمادات والمعونات اللازمة لتجربة هذا المنعطف من إعادة التقييم، فإن عبء هذه التغيرات الضرورية يعتمد كلية على شجاعة الزوج والزوجة، وأعرف عددا من الأسر تقوم فيها الزوجة في منتصف العمر بتوفير احتياجات الأسرة ليتمكن الزوج من العودة إلى الدراسة. وقد عاوننا أبناؤنا بعدم اهتمامهم بالكماليات والتملك المادي الذي ظنناه شيئا هاما، أعدنا النظر– بفضلهم– فوجدنا أننا لسنا بحاجة إلى الكثير مما جمعناه، ووجدنا أننا نريد حياة أكثر بساطة نتخلص فيها من البيوت أو الشقق الكبيرة والأثاث الثمين والكماليات غير الضرورية.

وجدت— على سبيل المثال— أنني أرغب في التخلص من الأشياء والانتقال إلي أحياء أرخص والتوقف عن شراء الملابس، وامتنعت عن شراء المستلزمات المنزلية ولم أعد أريد أن يهديني إياها أحد، أنظر إلى الأباجورة المشروخة وإلى الكنبة القديمة ذات البياضات الباهتة وأقول في نفسي «مرحبا أصدقائي القدامى سنظل معا حتى يفرقنا الموت». وقد أصبح كثير من المعاصرين لي يشعرون بنفس الشيء فإذا كنا نحب أزواجنا فعلينا أن نحافظ على حياتهم وأن نوفر لهم الفرصة لاكتشاف ما يريدون أن يكونوه وأن يفعلوه.

ويعتبر التقاعد المبكر أحد الأساليب غير البناءة «لحل» مشكلة الاستياء من العمل. قال لي مدير شئون العاملين في شركة كبرى بأن الاتجاه إلى التقاعد المبكر في تزايد، ويرى أنه نوع من الانسحاب ... ويقول هؤلاء المتقاعدون «سأذهب من هنا قبل أن أشعر بأني عجوز». وهي طريقة يقولون بها «إني أكره ما أقوم به— لذا فسوف أبحث الآن عما يمتعني». ولكن المشكلة الوحيدة في ذلك هي أن الطاقة الرهيبة التي تبذل في محاولة تحديد كيف يجد المتعة طوال الوقت تكون أكثر إعاقة من الوظيفة ذاتها.

وقد يحل البعض مشكلة الاستياء من العمل عن طريق ابتداع مداخل وأفكار جديدة «لنفس العمل القديم»، قال لي رجل: «كنت دائم التنافس والطموح، وعندما أصبحت على وشك الوصول إلى القمة في مهنتي أصبت باكتئاب، وطلب مني طبيبي المعالج أن أتخيل أنني قد حصلت على «أعلى وظيفة» في مجالي في الدولة فماذا سأفعل؟ أدركت أن «أي» عمل قد يصير روتينا مملا أو قاتلا إلا إذا كنت تغير (نفسك) باستمرار، (فهذا) هو المتغير الهام».

إن رجل منتصف العمر الذي يجد نفسه حزينا وقلقا من عمله ومن علاقاته الشخصية، قد يكون حبيس رؤية نفسه بمقاييس خارجية: ماذا يصنع؟ كيف يبدو؟ وماذا ينتج؟ إن منتصف العمر هو الفترة المناسبة للرجل لكي يفكر فيما هو موجود داخله وليس خارجه، فأي عمل يمكن الارتفاع من قدره عندما يؤديه شخص يعمل على تعميق ذاته ونموها.

ورغم الأصوات التي تردد النغمات الاكتئابية فقد سمعت أيضا نقيضها: إن لدى رجل منتصف العمر شيئاً لصالحه، ألا هو روح وفلسفة الشباب. كان هناك بعض إشارات الأمل والتمرد!! وأعتقد بدرجة ما أن الرجال من جميع الأجيال لابد وأن يمروا بفترات من فحص الذات: إدراك فجائي أو تدريجي بأنه قد آن أوان الحساب، هذا الجيل من رجال منتصف العمر يحيط به مراهقون وشباب يوضحون دائما— وبإقناع متزايد— أنه لكي يكون للحياة معنى يجب أن تعرف كيف «تفعل الشيء الخاص بك». إن الرغبة في استكمال مالم يستكمل، وتجربة كل ما حلمت به قبل فوات الأوان قد تكون نتاجاً طبيعياً لمواجهة حقيقة أن الحياة أمامنا في تناقص. ويحدث ذلك الآن بطريقة أكثر وضوحا وحدة عن ذي قبل. قال لي أب: «كان ابني يظن أنه إنما يحاول أن يجعلني أفهمه، أفهم كل ما اهتدي إليه لكي يجد نفسه ولكيلا يقبل ماهو دونه وأن يحيا الحياة بملئها بقدر ما يستطيع. وقد أقنعني! فبدأت أنظر نظرة حقيقية إلى حياتي— وقد أذهلته النتيجة، إذ أنني انفصلت عن أمه، وتركت عملي! أعيش حياتي تماما وأعتقد أن ابني نادم لأنه طرق الموضوع!».

إن جيلنا يتمتع بفرص عمل أكبر من آبائنا وأجدادنا، ولكن غالبيتنا يعمل العمل الذي يوفر الطعام والملبس والمأوى وليس ما يغذي الروح.

إنني بشكل خاص على دراية بذلك لأن زوجي كان استثناء وسط رفاقه، فهو لم يعمل إلا العمل الذي يحبه ولم يأخذ طريق الأمان الذي يوفر له الضمان المادي، ويمكنني القول- دون غرور- إنه أيضا كان محظوظا إذ كانت له زوجة تفهمت حقيقة أنه لايفعل ذلك أنانية أو استهتاراً، ولكن لأنه ممن يشعرون أن لهم رسالة في الحياة، وأنهم مصرون على انجازها!

هناك بالطبع عديد من الرجال ليس لديهم طموحات مشتعلة أو مواهب «يموتون لإظهارها». وقد وجدت أن رجال منتصف العمر القانعين .. هم ممن استقروا منذ شبابهم على وظائف تضمن لهم دخلا، ويعيشون حياتهم خارج عملهم من خلال مشاهدة مباريات الكرة أو لعب الجولف أو الرسم أو تسلق الجبال، ويجدون متعة كبيرة في تربية الأطفال، ويحبون الخروج في معسكرات مع أفراد الأسرة، ولهم دور في حياة الأبناء مماثل لدور زوجاتهم. وحيث إن عملهم لا يرتبط عندهم بالمعنى والمغزى، فإنه لا يمثل مصدرا للضغط في منتصف العمر. أما من يشعر بالمعاناة فمن النادر أن يتمكن في منتصف عمره أن يحمل حياته على كفه ويقول: «كفى تباً لهذا، كفى!» وغالبا ما يظل في نفس الدائرة التي يدور فيها بسبب زوجته وأولاده - خوفهم من عدم الأمان وسعادتهم بالحصول على متع الحياة- ولكن هذا ليس حال الجميع كما نرى من البعض.

سألت عدداً من النساء هذا السؤال: «إذا قال لك زوجك إنه يكره عمله وإنه يريد أن يتركه وإنه إما أن يعود للدراسة أو يعمل في عمل بمرتب أقل، فماذا سيكون شعورك؟ وكيف تتصرفين؟ وقد كانت إجابة أغلبية النساء كالتالي: «أظن أنني سأفزع في البداية- وأشعر بالقلق، ولكني لن أقول «لا» أبدا فقد أحب أن نغير من نمط حياتنا- وبعد الصدمة الأولى أعتقد أني سأشعر بالراحة والسرور».

ولكن كثيرا من الرجال لديهم من الأدب والرصانة ما يمنعهم من اتخاذ الطريق الشاق، وبعضهم سلك الطريق السهل وأصيبوا بأزمة قلبية خطيرة! ومن هذا النوع صديق لي .. لم أره أو أتحدث معه منذ عامين ووافق أن نتقابل لنتحدث عن منتصف العمر، دهشت عندما رأيته فقد نقص وزنه حوالي ثلاثين رطلا وبدا أصغر بعشر سنوات عن آخر مرة رأيته فيها، وأوضح لي ذلك قائلا: لقد أصبت بالشريان التاجي منذ عام - وأشعر أنني أفضل من أي وقت في حياتي!».

إن صديقي رجل هادئ بارع جذاب، لاقى نجاحا فاق توقعاته في وظيفة هامة في شركة كبيرة، كان وقت إصابته بالأزمة القلبية عضو مجلس إدارة لخمس وكالات اجتماعية وتعليمية، ورئيسا لمنظمة متخصصة، ووكيلا للكنيسة، وكان يدرك أنه بتقاعد رئيسه الوشيك سيكون أنسب مرشح لمنصبه وأنه قد يصبح نائبا للرئيس بمرتب يترنح الفرد من مجرد التفكير فيه. وكان له زوجة لطيفة وثلاثة أبناء يسكنون بالضواحي، ولكنه بسبب عمله المتواصل لا يراهم كثيرا.

بعد إصابته بالشريان التاجي قضى اثنين وسبعين ساعة في العناية المركزة بالمستشفى كان يدرك فيها أن الموت قد يفاجئه في أي لحظة، وجد نفسه يكتب رسائل في ذهنه، رسائل لكل من يريد الآن أن يقول لهم «لا»، أول رسالة إلى المنظمات الخمسة يعتذر عن الاستمرار معهم، ثم إلى رئيسه يشكر وساطته ليحل محله ويعتذر عن ذلك ويعبر عن رغبته في الاستمرار في وظيفته الحالية.

ويقول: «إن من يرفض فرصة كتلك قد يوصف بالجنون، ولكني شعرت بالارتياح والسعادة لأني

أستطعت أن أقول لا، إني لم أكن أريد كل تلك المسئوليات فأنا أفضل أن أقوم بعملي بهدوء وتؤدة على طريقتي الخاصة، لا أحب التنافس أو الجلوس على القمة، وكدت أفقد عقلي من جراء ضغوط كل تلك المسئوليات والوظائف الهامة التي كنت أحتلها. لم أشعر بسعادة في حياتي مثلما أشعر الآن. أتعرف على أولادي من جديد، وأخبرتني زوجتي أنها كانت على وشك أن تتركني، ولم أشعر في زحمة أعمالي كم كانت تشعر بالوحدة والضجر من هجري النفسي لها. إن جوهر التجربة التي مررت بها هو: لقد عشت في نفس المنزل بنفس الضاحية لمدة سبعة عشر عاما، ولم أدرك جمالها إلا عندما أمرني الطبيب بالسير خمسة أميال يومي السبت الأحد من كل أسبوع، لم أكن ألاحظ أي شيء، لم أفكر في السير مطلقا قبل ذلك، إن الإيقاع الذي أعيش به اليوم هو المناسب لي تماما. أحب عملي ولكن على ألا أفكر في الترقي، وبدلا من حضور اجتماعات اللجان ثلاث أو أربع أمسيات كل أسبوع أعود إلى بيتي لأقرأ وأعتني بالحديقة وأتكلم مع أسرتي، كنت ابن بلدة صغيرة من أسرة فقيرة وكنت أكسب في الشهر أكثر مما يربحه أبي في العام، لم أكن حقا أحب أن أعيش على هذا الإيقاع، لقد كان نوعا من البعد عن طبيعتي. لم تكن لدي الجرأة على تغيير حياتي على هذا النحو. وأعتقد أني – دون وعي– صنعت هذا الفصل الدرامي لنفسي، ربما كان ذلك الطريق الوحيد لأجبر نفسي على أزمة الوجود التي كنت أحتاجها. لقد تحولت كل طاقتي الآن، كنت أريد أن أحيا داخل نفسي أكثر، لقد تعبت، كنت أبعد وأسرع وكان ذلك ضد طبيعتي. أشعر الآن بالارتياح والفرج».

وهناك أشكال متطرفة أخرى يتخذها من يصيبهم اليأس. فمن يعانون الاحباط الشديد يكون طريقهم الوحيد هو الانسحاب مثل حال صديق لى (كان) معالجا نفسيا للأطفال ومعلما للمدرسين، وهو واحد من أرق وألمع الرجال الذين عرفتهم، أصبح هو في الثالثة والأربعين مسئولا عن برنامج ناجح ضد الفقر، كان من أروع البرامج التي رأيتها في حياتي وأكثرها إنسانية وعطفا إذ كان يتضمن مستوى رائعاً ومثيراً للغاية لإعادة التأهيل الانساني. كان جوهر عمله هو خلق بيئة اجتماعية شاملة يتمكن فيها غير المتعلمين والعاهرات ومدمنو الخمر والعاجزون بدنيا أو نفسيا– وهم الذين ينظر إليهم من قبل سلطات التوظيف على أنهم بطالة دائمة– من الحصول على برامج تدريبية تراعي تلك الخواص البشرية حتى انتهى بهم المطاف إلى أن أصبحوا مدرسين في رياض الأطفال ومعاونين إجتماعيين للأطفال في اسوأ أحياء مدينتهم.

لقد أمضيت حوالي ثلاثين عاما على علاقة وثيقة بمجال رياض الأطفال، وعندما كنت أقوم بتقييم هذا البرنامج، رأيت بينهم نفس النسبة من درجات الكفاءة التي أراها في البرامج الأخرى التي تعتمد على حاملي الدرجات العلمية.

كان هذا البرنامج الإجتماعي التعليمي من أكثر البرامج التي حركت شجوني، جعلني أومن بإمكانية أن نجعل من مدننا المكان الذي يمكن للبشر أن يعيشوا وينموا ويزدهروا فيه– ولكن عديداً ممن يشغلون المناصب العليا شعروا بالقلق من زهو أفكاره وعدم اتباعه المذاهب المتفق عليها، وشعر البعض أنهم قد نحوا جانبا، وأرادوا النفوذ والتواجد، فاضطهد بشدة ممن لم يطيقوا حريته وتفرده، وممن أرادوا السلطة والموارد التي كانت له، ولم يكن من الصعب توجيه الاتهام بسوء الإدراة لمن كان اهتمامه البشر وليس الأوراق.

سمح له بالاستقالة، وأنهى البرنامج، حاول التدريس في إحدى الكليات ظنا منه أن مازال بإمكانه أن يساعد المعلمين على التدريس بأساليب أكثر إنسانية، ولكي يحقق ما يراه صوابا– أن يساعد الآخرين على

إيجاد طريقهم الخاص في النمو والنضج– لم يستطع– بكل ضمير – أن تكون درجاته للطلاب كلها مقبولا أو راسباً، ففصل.

وهو حاليا في فرجينيا إذ قام بشراء حوالي مائة فدان ويقوم ببناء كوخ خشبي بمساعدة زوجته وجيرانه، ولا ينوي إدخال الكهرباء أو السباكة ويريد أن يعيش على ما يمكنه أن يزرعه. ويأمل أن يربح بعض المال اللازم له، عن طريق الكتابة، لقد انسحب من هذا النظام.

هل هو على خطأ؟ هل كان عليه أن يستمر حتى تحدث له صدمة؟ أنا لا أدري ولكني أفهم. لقد أصبح من العسير أن يعيش الإنسان بالشرف والكرامة والشجاعة في مجتمعنا . مايزال هناك العديد من الضلالات التي يجب أن نتغلب عليها، ويعلم الله أننا بحاجة إلى من يتسمون بالكبرياء والشجاعة للنضال من أجل إنقاذ العالم– ولكن ماهو الكم الكافي من الإحباط والألم الذي عليهم تحمله؟

وجانب آخر من مشاكل رجال منتصف العمر هو أنهم يجنحون إلى العزلة العاطفية عن بعضهم البعض. قد يكون للرجل عشرات المعارف من الرجال ولكن نادرا مايكون له صداقة حقيقية– كالتي تحظى بها زوجته. لقد نشأ جيلنا على الاعتقاد بأن الرجل القوي يجب أن يحتفظ بمشاعره لنفسه مما جعل من الصعب على الرجال أن تكون لديهم علاقات حميمة دافئة مع الآخرين. وما شلة الأنس التي تشرب معا في بعض الأندية أو من يقصون الحواديت القذرة في حجرة خلع الملابس بالنادي إلا أشياء من هذا القبيل. فالنساء في جيلنا هن عادة من يتمتعن بعلاقات شخصية قوية مع بعضهن البعض، ويشعرن بالراحة في احتضان وتقبيل بعضهن دون خشية الاتهام بالشذوذ، وبوسعهن التخفيف من أحزانهن ومشاركة أفراحهن. وغالبا ما تتسم علاقتهن بالحب والولاء الذي يمنحهن الرضا مثلها في ذلك مثل زيجاتهن– وأحيانا أكثر.

قال لي رجل أمريكي نشأ في تركيا تقدم للعمل بوظيفة هامة في مؤسسة كبرى وأجري له أختبار نفسي: «كان الاختبار عبارة عن سؤال واحد هو (هل يمكنك تقبيل رجل آخر؟)، وبدون تردد كتبت (نعم بالطبع) ولم أحصل على الوظيفة، وبعد عدة شهور قابلت بالصدفة رجلا من هذه المؤسسة فأخبرني بأن إجابتي قضت على أية فرصة للحصول على الوظيفة! ولكني تعودت أن يحتضن ويقبل الرجال في عائلتي بعضهم البعض» .

أذكر أنه منذ حوالي عامين كان صديق لنا بصدد الانفصال عن زوجته الثانية وكانت ابنته من زواجه الأول تعاني مشاكل خطيرة بسبب المخدرات، بالإضافة إلى بعض الشائعات المقلقة عن فصل بعض العاملين في شركته. ولم يكن قد اتصل بنا منذ شهور طويلة، فأتصل به زوجي وطلب منه أن يتقابلا ليتناولا القهوة معا في مكان ما، فشكره هذا الصديق واعتذر لأنه متعب وقلق، ثم عاود الاتصال بعد عشرة دقائق وقال: «لا أدري لماذا أعتذرت، لقد تأثرت للغاية بتعاطفك ولكني لم أستطع تقبله، وأتمنى أن (يمكنك) أن تقابلني.» وأخبرني زوجي بعدها أن كلاهما قد أقر على استحياء أن هذه هي المرة الأولي التى يشعر أي منهما بهذه الدرجة من الحميمية منذ فترة المراهقة.

بالطبع هناك استثناءات، ولكن انطباعي هو أن الرجال بشكل عام يميلون إلى تكوين علاقات سطحية بعضهم ببعض، وغالبا ما تكون الصداقات مع أزواج صديقات الزوجات. ومعظم من تحدثت معهم كانوا يندهشون عندما أسأل عما إذا كان لديهم أصدقاء حميمون من الرجال يمكنهم أن يشاركوهم

أحزانهم وقلقهم أو مشاعرهم العميقة، ولا يرتاح الغالبية لاحتضان بعضهم البعض، ولكن كل من قابلتهم تقريبا، قالوا إنهم يتمنون أن يتمكنوا من إظهار عواطفهم تجاه الآخرين من الرجال على نحو أكثر صراحة. قال لي رجل واضح: «لدي إحساس بأن السبب في العلاقات الغرامية التي يقوم بها الرجال في منتصف العمر هي أن الرجل يبحث عن صديق ولكنه لا يعرف كيف يصادق رجلا آخر! لقد تعودنا أن نكون أكثر صراحة مع النساء!».

ويستدعي ذلك مسألة الاختلاف الجنسي في منتصف العمر، إذ يبدو لي أن الاختلاف البيولوجي هو العامل المحدد لاختلاف المشاعر لكل من الرجل والمرأة، فغالبية النساء كن شغوفات إلى الأفكار المعاصرة التي تكشف عنها البحوث العلمية. تعلمنا في طفولتنا أنه يمكننا أن نشعر بالرغبة والاستجابة (لحب رجل طيب)، وكانت التعاليم تنطوي على روح من السلبية والقبول بهيمنة الرجل الذي تزيد رغباته الجنسية على رغباتنا، ووجدنا ونحن في منتصف العمر من يؤكد لنا أن امكانياتنا الجنسية تذهل الخيال وأن انقطاع الطمث لايؤثر على هذه الإمكانيات، و سواء شعرت امرأة منتصف العمر بالابتهاج أو بالإهانة لهذه البشرى، فأمامها فرصة الاختيار، أما الزوج فليس أمامه اختيار، وكما أوضحت تلك المسألة سيدة صريحة: «إني فعلا أكبر من أن أكون من شياطين الجنس ولكن ما أسهل أن أتظاهر بذلك!».

إن المرأة يمكنها أن تقوم باللقاء الجنسي سواء تشعر برغبة مشتعلة أم لا، ولديها أن تختار بين ارتياد الإمكانيات الجديدة أمامها أو التظاهر بها وذلك وفق ما هو مناسب ومفضل، فهي لاتريد أن يكون هناك تهديد لمنزلتها من الناحية الجنسية– صراحة على الأقل. قد تساورها بعض الشكوك الداخلية، لكن يمكنها التظاهر ورسم صورة معينة إذا أرادت.

يبدو أن قلق رجال منتصف العمر من تناقص قدراتهم الجنسية والخوف من احتمال العجز شيء حتمي في مجتمع ينشغل بحرفية العلاقات الجنسية ولا يبالي بالحب. لقد انقلبت المنضدة حقا على الرجال منذ العصر الفيكتوري عندما كان الشائع أن تشعر الزوجة المكبوتة تماما بالارتياح لانقطاع الطمث إذ تكون قد أدت واجبها كزوجة مخلصة تحملت عبء الجنس والحمل والولادة. كان انقطاع الطمث هو إشارة الكف عن المهام غير المستحبة، وكان من المتوقع في هذه المرحلة أن يوجه الزوج– مهما كان رقيقا وعطوفا– اهتمامه في اتجاه آخر. وفي جميع الأحوال كان إحساسه بالتفوق مصونا.

أما في زماننا فقد عشنا ونحن حديثي الزواج ثورة من المتغيرات في الآراء عن الجنس وعن الذكر والأنثى. كان جيلنا أول جيل يشعر بصدمة التغير التام عن معتقدات العصر الفيكتوري، ومعظم جيلنا يذكر الكتيبات الخاصة بالزواج التي كانت تظهر في الثلاثينيات والأربعينيات وما كانت تحتويه مثل «أن الزوج المحب الذي يريد أن يزيد من متعة زوجته جنسيا عليه أن يتعلم كيف يتعامل معها كقيثارة ...». إن المتطلبات الجديدة من جانب المرأة قد تمثل عبئا نفسيا ثقيلا على الرجل خاصة في فترة الانتقال.

لقد شهد جيلنا تناقصا في فتور المرأة وازديادا في عجز الرجل بسبب تحدي المجتمع للرجال لأن يصبحوا أكثر حساسية واستجابة لاحتياجات المرأة، لقد انتهت خرافة السيادة الجنسية للرجل، وكما يحدث في معظم الثورات الاجتماعية فقد ذهبنا من النقيض إلى النقيض، وبدلا من أن يصبح الجنس مشاركة حقيقية يرتاد ويكتشف فيها الطرفان معا الإمكانيات الجديدة، فقد وقع عبء الإشباع على الرجال.

وقد يصل الجيل الأصغر– الجيل الذي على عتبة النضج الآن– إلى توازن جديد أفضل ولايكون فيه أداء الرجل هو القضية الفاصلة، وأتمنى ذلك، ولكن هذا لا يمنع أن رجل منتصف العمر يمر بوقت عصيب في هذا الشأن.

يبدو أن رواسب الآراء والخبرات التي كانت جوهرية في جيلنا قد تعاظمت في منتصف العمر. وقد أوضح لي بعض الشجعان من الرجال الذين قبلوا أن يناقشوا معي هذا الموضوع أن معظم المغامرات العاطفية خارج الزواج، ومعظم حالات الطلاق والزواج من امرأة أصغر سنا في منتصف العمر يرجع غالبا إلى قلق الرجل الجنسي ورغبته في إعادة شحن بطاريته ليطمئن نفسه.

وللنساء أيضا ما يقولونه حول هذا الموضوع! قالت لي سيدة إنها لاحظت أنه كلما كان الرجل متزمتا عفيفا في شبابه كلما ذهب لبه جنسيا في منتصف عمره، وقالت : «أما من عاش شهوات الشباب فلا يبحث عن التنوع الجنسي في منتصف عمره، ورأيت أن أكثر الرجال حماقة هم من تزوجوا في سن صغيرة وظلوا مخلصين لزوجاتهم مدة عشرين أو خمسة وعشرين عاما، وغالبا لم يكن لديهم تجارب جنسية قبل الزواج، والرجل من هذا النوع مجرد أن يشعر برغبة في امرأة يظن أنه يحبها بجنون– إذ يبدو أنهم يفقدون كل قدرتهم على التمييز. إن المراهقة المتأخرة تعتبر ضربا من الجنون» .

قالت لي زوجة هجرها زوجها: «لم يخطر ببالي هذا الموضوع قبل أن أمر به، عندما جاء وقت انقطاع الطمث، كنت أشعر بالسرور فأنا على يقين تام من أني لا أريد مزيداً من الأطفال، وكنت سعيدة لأني سألقي (بوسائل منع الحمل). لم أكن أشعر أني كبرت، وكنت أظن أن زواجنا موفق– وعندما تركني زوجي وهو في الخامسة والخمسين وتزوج من فتاة في السادسة والعشرين قال لي إنه يأمل في مزيد من الأطفال! صدمت لذلك. كنت أظنه يتطلع لأن يكون جدا لا أبا! وأرى أن قلقه بشأن التقدم في العمر أنصب على قدرته على الإنجاب. وبدأت أفهم لأول مرة لماذا قد يتزوج بعض الرجال حوالي ثلاثة مرات في حياتهم، إنه نوع من التأكيد على أنهم لم يكبروا بعد» .

وتقول بعض التقارير عن البحوث الجنسية إن القدرة الجنسية لدى الرجال تتخذ منحنى حاداً بعد سن الخمسين، وغالبا ما يرجع ذلك في معظمه إلى (الخوف) من ارتباط التقدم في السن بالقدرة الجنسية. قال لي رجل في الرابعة والخمسين: «تأكدي أن (الكلام) حول رجل منتصف العمر أكثر من الفعل، أنني رئيس الخدمات النفسية وشئون الأفراد في شركة كبيرة للدعاية، ويقوم العديد من العاملين باستشارتي، ولذا فإني على دراية حقيقية بما جرى في حياتهم، وأحيانا أكون في اجتماع أو مؤتمر وأسمع من يتحدث عن المآثر الجنسية لبعض من أعرفهم معرفة عميقة– وأدهش للمغامرات الوهمية التي أسمعها. إن كثيراً من رجال منتصف العمر يموتون رعبا أن يبدأوا في التسكع خشية أن تتأكد أسوأ مخاوفهم، مثل المراهق الذي لا يطيق عذريته ولكنه يخشى الذهاب إلى بغي خوفا من أن يجد نفسه عاجزا» .

أن شبح الخوف من العجز الجنسي مع التقدم في السن يتلاشى بقدر ما يجد كل رجل جوهره الخاص وتفرده وقدرته الإنسانية في الحب والعمل والعلاقة الوثيقة بالحياة. وعندما يؤخذ الجنس في سياق المشاعر العميقة والعلاقة الوثيقة بالحياة وأن تكون ذاتك بقدر ما تستطيع يزول التركيز الآلي على الأداء البدني وينتقل إلى القضية الحقيقية، قضية الانتماء إلى الذات وإلى الآخر الذي أحبه.

إن درجة السماحة التي قد تتحلي بها زوجات منتصف العمر إزاء مغامرات الأزواج تعكس إلي حد كبير الشفقة على الرجل لقلقه الكبير وحاجته القوية إلى الاطمئنان على أن قدراته الجنسية ليست إلي زوال.

وهناك بعد آخر من أبعاد الزواج له علاقة مباشرة باكتئاب منتصف العمر لدى الرجال ألا وهو ذلك الاعتقاد العميق من أن الزوج هو المسئول عن إسعاد زوجته. فقد نشأ عديد من رجال جيلنا في أسر كان الأب فيها هو مصدر الرزق، وإن كان هذا الدور لم يجعل منه الشريك المهيمن، ولكنه أكد فكرة أن دوره هو أن يقضي حياته وطاقته في توفير الاحتياجات الحقيقية وغير الحقيقية لزوجته وأبنائه. قالت لي صديقة: «إذا نظرت إلى الرجال والنساء في سن السبعين أو الثمانين سواء كانوا يتشمسون في فلوريدا أو يقضون أواخر أيامهم في بيوت فقيرة للمسنين، ستجدين أن عدد النساء يفوق الرجال بمقدار الضعف على الأقل، وإذا كانت الأرملة غنية، تشعر أن هذا هو ما تستحقه، أما إذا كانت فقيرة فتشعر أنها قد غشت! لقد كان آباؤنا جيلاً مهاناً مستغلاً – جعلوا من أنفسهم مداساً، وركزا كل طاقاتهم على إسعاد زوجاتهم مهما كان الثمن الذي يدفعونه لتحقيق ذلك. وقد تربى أزواجنا على أيدي هؤلاء النسوة، ورغم بعض التغيرات التي حدثت، فما يزال لديهم شعور قوي بالالتزام».

وأرى أن أكثر النساء تعاسة في منتصف العمر هن من كان أزواجهن يتسمون بالسلبية، ولدى انطباع قوي بأن أكثر الزوجات سعادة هن المتزوجات من رجال لهم تفكيرهم ورغباتهم الخاصة، أما أكثر النساء شكوى – اللاتي أراهن نكديات مدللات متطلبات – كانت هن المتزوجات من رجال سلبيين كرسوا حياتهم لمحاولة إسعاد زوجاتهم.

قال لي رجل: «يقال الكثير عن استعباد المرأة، ولكن آباءنا كانوا هم المستعبدين، لقد كانت حياتهم مكرسة لإسعاد أمهاتنا– والعديد منا يسير على نفس الخطى. إني لم أر أبدا إمرأة راضية من بين من لديهن القدرة على التحكم في أزواجهن والسيطرة عليهم».

قال لي أحد مستشاري الزواج: «عندما أتعامل مع رجل في منتصف العمر وأكتشف أنه لايريد أن يلقي نظرة حقيقية على حياته خشية أن يؤذي أو يحبط زوجته، أعرف أن زوجته لابد أن تكون تعيسة بالفعل. ليس هناك ما هو أسوأ للمرأة من أن تعطي لها سلطة الحياة أو الموت– معنويا– على زوجها. إن القدرة على كل أمر ليس شيئا جميلا لأي إنسان. إن المرأة التي تجعل من زوجها دمية متحركة لا يمكن أن تشعر بالسعادة، عندما يقول لي رجل إنه مهما عمل ومهما ربح ومهما أعطى فإنه لا يستطيع إسعاد زوجته يجتاحني شعور قوي لكي أقول له: أعتقد أنه قد آن الأوان لتلكمها في فمها!»

ومن الصعب على أي زوج أن ينزع نفسه من تلك الدائرة الجهنمية، دائرة إعطاء المزيد في الطريق الخطأ في بحث مستحيل لا نهائي عن وسيلة يحقق بها السعادة لشخص آخر.

إن رجل منتصف العمر يجب أن يدرك أنه لا أحد بوسعه أن يسعد أحداً، إننا عندما نحقق احتياجاتنا الخاصة العميقةسنوفر مقومات صحية للحياة لمن حولنا – فإذا استجابوا لاحساسنا بالتحقق وسعوا في طلب تحققهم الشخصي، يمكن حينئذ إقامة علاقة متبادلة من الحب والسرور، وببساطة لا يمكن أن يحمل الرجال عبء إسعاد النساءو لقد حملوا هذا العبء لفترة طويلة جدا.

قال لي رجل: «تشكو زوجتي من حياتنا من يوم زواجنا تقريباً، وظللت لمدة عشرين عاما أعتقد أني السبب في نقمتها، وأن دوري هو أن أجد أسرار سعادتها. وعندما أصبت بقرحة وبدأت العلاج أدركت أن المرأة التي لاتحقق ذاتها تستعمل الرجال الموجودين في حياتها ليحققوا لها مالم تستطع تحقيقه بنفسها، كان علي أن أكتشف أنه ليس عليّ أن أحمل عبء عدم شعورها بالرضا، ويوم تمكنت أن أقول لها «لاتلق بفشلك علي» كان هو اليوم الذي بدأت تكتشف فيه من تكون وبدأت تتحمل مسئولية حياتها».

إن المهمة الأولى لرجل منتصف العمر هي أن يواجه تقدمه في السن، وأن يبدأ في التحدي الصعب الذي لم يواجهه قبل ذلك قط– وأن يتواصل مع نفسه ومع مشاعره الحقيقية – ويسأل نفسه لماذا يتصرف على النحو الذي يتصرف به. أما المهمة الثانية فهي أن يحرر نفسه من شعوره بالالتزام والواجب تجاه زوجته وزملائه في العمل وأولاده .. الخ . إنك إذا تركت الآخرين يستعملونك فإنك تزيد من تعاسة نفسك وتعاستهم. إن الأمر يتطلب الإيمان العميق والشجاعة على الإصرار على إعلان التحرر، ولكنها خطوة ضرورية.

هناك فرق طفيف ولكنه مذهل بين الصراع المستميت من أجل إسعاد شخص آخر وبين النظرة التاريخية للدور «الطبيعي» للرجل على مر العصور. لقد حمل الرجال على مر التاريخ الإنساني– مع استثناء نادر– المسئولية الرئيسية من أجل بقاء الجنس البشري، كان الرجل دائما هو الحامي، المدافع ، الصياد. وثمة مدارس فكرية منفعلة تتحدث عما إذا كان هذا النمط نشأ بسبب الاختلاف البيولجي الغريزي أم حددته مجموعة من العوامل الثقافية.

ووجهة نظري الشخصية هي أن حقيقة القوة البدنية الكبرى التي يتمتع بها الرجل، واعتماد النساء عليهم في عملية التناسل توضح الأساس الغريزي لدور الرجل كحامى لبقاء النوع، وإذا كان الأمر كذلك، فربما كان هذا بعدا آخر لشعور الرجال بالاستياء وفقدان تقدير الذات نتيجة للإحساس الضمني بأن دورهم في الحياة قد زال.

إننا في مجتمع التكنولوجيا المعقدة، لم نعد بحاجة إلى القوة العضلية للرجال، فحتى صورة الفلاح أصبحت أثراً بعد عين، ناهيك عن الفارس المحارب حامي حمي النساء والأطفال من الغزاة. وعندما يقول الأطباء إن الرجال يتوفون في سن مبكرة نتيجة لعدم ممارسة التمرينات البدنية، قد يبدو أن مانراه ونلاحظه قد يكون ظاهرة ديناصوريه! وكلما أدركنا أن العضلات في حد ذاتها لم يعد لها مكان في العالم الذي نعيش فيه رأينا تزايدا في العنف الذي يخلو من أي معنى لأنه لم يعد لدينا مخارج طبيعية ذات مغزى للقدرة الجسدية والقوة البدنية والعدوان.

إن رجل منتصف العمر حاليا يضع قدما في الماضي وقدما في المستقبل، فهو يستدعي ويؤمن ويرتاح إلى العالم الذى كان الرجال فيه يرعون النساء والأطفال، وهو في نفس الوقت جزء من مجتمع لم تبق فيه مقاطعات جديدة ليغزوها إلا إذا كان رجل فضاء!

وتقول البحوث الحالية التي تجريها مدرسة هارفارد للصحة العامة بالاشتراك مع مدرسة الطب بكلية ترينتي في دبلن إن الحياة المدنية لإنسان العصر الحديث هي هلاكه البدني والنفسي أيضا. وقد أجريت دراسة لمدة تسع سنوات على ٥٧٥ ثنائي من الأخوه الذين عاش أحدهما في ايرلندا بينما هاجر الآخر إلى الولايات

المتحدة، وقد أوضحت الدراسة أن نسبة إصابة القلب أعلى في الولايات المتحدة، وجرى بحث الاختلافات المسئولة عن ذلك، وقد أجريت الدراسة على الأخوة ليكون اختلاف العوامل الوراثية أقل ما يمكن، وتم دراسة كل العوامل المحتملة: التغذية، النشاط، نوع العمل، درجة التوتر، ترتيبات الحياة. الخ. وظهر في التقرير أن العامل الوحيد الذي يشمل الاختلاف الرئيسي هو كمية التمارين، وجد أن الإخوة الأيرلنديين يأكلون أكثر ويحتوي غذاؤهم على نشويات ودهون أكثر، ولكنهم يسيرون أكثر ويعمل العديد منهم في وظائف تشمل حركة أكبر، أما إخوتهم الأمريكيون، فقد دخلوا عصر التكنولوجيا التي لا يوجد فيها تقريبا عمل بدني شاق في أغلب المجالات.

وقد نخمن، كنوع من التبرير، أن وفاة الرجال مبكرا بسبب الأزمات القلبية ترجع إلى أن قدراتهم البدنية قد نحت جانبا، بعد أن اندثرت الوظيفة التي خلقوا إليها، فهل تمكن أي كائن على مدى التاريخ أن يتجنب الانقراض عندما أصبحت طبيعته غير مناسبة للبيئة؟ هناك حقيقة واضحة: أن التوتر الذهني قد حل محل الحركة البدنية.

في غياب المهام (الطبيعية) التاريخية مثل الزراعة وقطع الأشجار والتسلق والجري .. الخ فإن كلا من الرجل والمرأة يجب أن يجد الطرق البديلة ليحفظ جسده في حالة بدنية سليمة.

وهذا التأكيد المتزايد على نشاطات مثل المشي السريع ولعب الجولف وألعاب الجيمنيزيوم ليس من قبيل المصادفة. ولن يكون من الصعب- إذا ما عقدنا العزم- على أن نجد أشكالا جديدة من النشاط البدني وإن كان ذلك لن يحل المشكلة النفسية التي تتطلب إيجاد قيم جديدة لمساع إنسانية جديدة.

وماذا عن الاحتياجات النفسية التي كان يشبعها الدور القديم للرجل، دور المكتشف، الفاعل، المجدد، المغامر، حامي النساء والأطفال؟ وأرجو أنه كما لجأ الرجال إلى استخدام الدراجات من أجل تكيف بدني أفضل بعد أن صارت الأدغال والمزارع مجرد ذكرى تاريخية، فعليهم أيضا أن يكون لديهم الخيال والشجاعة لإيجاد آفاق اجتماعية جديدة وهو التحدي الجديد أمامنا، فلم يعد الأسد واقفا على باب الكهف، ولم تعد حقول القمح والذرة بحاجة إلى عمل يقصم الظهر من الفجر حتي الغسق- ولكن ماذا عن مدننا ، ماذا عن (كوكبنا) ؟

قد تكون التخوم المادية قد انتهت، ولكننا نواجه اليوم أكبر تحدٍّ واجهته البشرية، لدينا الآن المعرفة والمهارة لنسير في أحد الطريقين- إننا فعلا في مفترق الطريق الأخير، وإمّا أن نحطم الحياة كما نعرفها، أو أن يكون لدينا البراعة والشجاعة لخلق عالم يشمل فرصا أروع لتحقيق أفضل الإمكانيات لدى الإنسان.

يمكننا إذا كان لدينا الاهتمام والشجاعة الكافيان أن نخلق مناخاً للحياة يستطيع فيه البشر أن يغيروا أنفسهم لكي يصبحوا أكثر قدرة على حل المشاكل التي تقلقنا وتخيفنا. ويمكننا -إذا أردنا - أن ننتقل إلى عصر من الشجاعة (الأدبية) وأن نربي ونحمي الروح الإنسانية بعد أن أصبح لدينا وسائل البقاء المادي.

إن الإنسان هو أعظم عجائب الدنيا، ويمكن لرجال العصر الحديث أن يعدوا أنفسهم للمهمة الروحية، مهمة حماية واستنباط أبعاد جديدة للروح الإنسانية! وأرى أن رجال منتصف العمر الذين لا يريدون أن يقتلهم اليأس هم الذين يشاركون في قضية إنقاذ العالم من العنف المجرد والجشع، ويرون أن المهمة التي

يضطلعون بها لن تكون أقل من إيجاد حلول للمخاطر الجديدة المرعبة للصراع النووي، وتلوث كل أرضنا ومياهنا وهوائنا، والانفجار السكاني.

وفي هذا الصدد، فما الذي يبحث عنه أبناؤنا؟ هل يسعون لأن يكون الإنسان المتحضر مستعدا للتضحيه بحياته من أجل شكل جديد من البقاء؟ هل هذا هو المعنى الذي يقصدونه عندما يقولون إننا لن نستطيع تغيير نظم المجتمع حتى نغير أنفسنا؟ وأعتقد أن من يمكنه أن يرى طريقه بوضوح ويقبل مهمة العمل من أجل أن يجعل هذا الكوكب أمانا للبشر، سيجد في هذه المهمة الانشغال والتحقق، وسيملكه هذا العمل الصادق حتى أن إحساسه بذاته وبالهدف من وجوده لن يكون أقل من البطولة.

وقد تحدث فاكل لينزي في قصيدته «عيون من رصاص» عن التراجيديا النهائية فقال:

... ليس لأنهم يموتون، بل لأنهم يموتون كالأغنام ...

وأعتقد أن كثيرا مما سمعته من حديث رجال منتصف العمر لايزيد عن ثغاء أغنام.



الفصل الخامس

إننا جيل رائع من الآباء
فلماذا نضر بأبنائنا؟

كان ذلك منذ حوالي سبعة أعوام، وكانت ابنتي تقترب من الخامسة عشر، كنت وزوجي في طريقنا لمشاهدة عرض سينمائي في برودواي عندما التقينا مصادفة بابنتي في صحبة مجموعة من الأصدقاء، كانت حافية القدمين ترتدي جلباباً للنوم من الفانلة الحمراء .. وياله من مشهد تراه أم في منتصف العمر. لقد كنت شيئا مختلفا تماما وأنا في مثل هذه السن: الجاكيت الكشمير والجونلة الكاروهات والحذاء ذو الأربطة والجوارب التي لا نخلعها إلا عند النوم، أما مجرد فكرة السير في برودواي حافية القدمين وبلا حمالة الصدر، فكانت تماثل في جنونها فكرة أن أكون أول فتاة تهبط إلى القمر. وليس المظهر في حد ذاته هو المهم، ولكن المعنى الذي وراءه، إذ كيف تجرؤ ابنتي على هذا الاختلاف وهذا التمرد، كيف تضرب بمشاعري عرض الحائط، وأنا التي كنت في مثل سنها أكرس حياتي لإسعاد والدي لأجعلهما يزهوان فخرا

وبكل صدق شعرت في تلك اللحظة بالندم على إرهاق نفسي بالأمومة، وبأني فشلت فشلا ذريعاً في هذه المهمة، ولما كنت أعمل في مجال التربية، فقد بدا الأمر لي فشلا شاملا ماحقا. كيف لكل تلك الرعاية والاهتمام، والمدارس والمعسكرات الخاصة، والليالي التي سهرناها بجوارها واستشارات الأطباء النفسيين حين يعييني الأمر، واللعب الضخمة في كل عيد – كيف لكل ذلك أن يثمر هذه الشخصية الغريبة؟

ولأني كنت بالفعل في منتصف العمر، فقد شعرت بالدمار والخديعة، ففي الثالثة والأربعين يكون المرء تواقا لأن يرى ثمار جهده، ولايشعر كما كان في العشرينيات والثلاثينيات من عمره بأن المستقبل أمامه، وكل شيء ما يزال في الإمكان، شعرت وأنا في الثالثة والأربعين أن هذا هو نتاجي كأم وأن عليّ تحمله وأنه لم يعد في الإمكان إحداث أي تغيير كبير، كانت كلمة الحزن العميق أقل كثيرا من أن تصف حالتي، وما أنقذني من أن أقذف بنفسي من الدور الحادي عشر الذي نقطن فيه هو أن جميع أصدقائي كانوا يعيشون نفس المشاكل.

كانت نظرتنا إلى أبنائنا الذين في العقد الثاني من عمرهم تشمل عدة قضايا أساسية، ربما كان أهمها هو أننا أول جيل من الآباء– في تاريخ البشرية– يعتقد بإمكانية تربية الأبناء بأسلوب علمي مضمون النتائج للسلوك الجيد، كنا جيل فرويد، الجيل المسلح بمعرفة الأسباب الكامنة وراء السلوك، جيل عصر الصحة العقلية، أول من عرف العلاقة السببية بين خبرات الطفولة والتكيف في الكبر. فهل كل تلك النظريات الجديدة خاطئة؟ إن هذه المخلوقات العجيبة التي تسكن بيوتنا لا تمت بصلة لما كنا نحمله في أذهاننا. أما القضية الثانية وهي جزء لا يتجزأ من الأولى فتتمثل في إحدى أفكار نظريات التحليل النفسي التي

تقول إن أي انحراف عن السائد يكون علامة مرض، فكان– في الواقع– (معظم) السلوك علامة مرض! فإذا مرغ ابن الرابعة أصابعه بالألوان، فإنما يرجع ذلك إلى تدريبه مبكرا على استخدام التواليت، وإذا كان طفلا في السادسة هو الوحيد الذي يرفض الجلوس إلى مقعده فلابد أن تعاقبه المعلمة، ولم يخطر ببال أحد منا أنه قد يكون الوحيد في الفصل الذي كان من الذكاء بحيث عرف أن طفل السادسة لايجب أن يجلس ساكنا، وأن المعلمة غير متميزة، وأن الدرس لاعلاقة له باهتمامات طفل في السادسة، كان ينظر إليه على أنه طفل مريض لأنه كان مختلفا. وإذا كان الطفل ضاحكا مهرجا لم يكن ذلك يرجع إلى خفة روحه أو إلى أنه اجتماعي يجب الترفيه عن الآخرين– بل لابد أن ذلك يرجع إلى إحساس شديد بعدم الامان، وإذا ضبط ابن التاسعة يحاول التطلع إلى ما يخفيه فستان زميلته، فلابد أن فترة الكمون عنده غير سوية.

ويذهلني– حتى وأنا أسخر من ذلك– كل ماعشنا فيه، وأرى أننا كنا رائعين، فلن يعيش آباء اليوم ما عشناه نحن فقد أصبح جلياً الآن أن فرويد وأتباعه إنما كانوا معنيين أساسا بدراسة المرض نظرا لأن توجههم الطبي كان يملي عليهم ذلك حتي يتمكنوا من معرفة الحالة الصحية السليمة وإمكانية الوصول إليها. لقد أدركنا– ولكن بعد فوات الأوان– أن الانحراف عن المعيار المتصور لا يعتبر مقياسا للاضطراب النفسي أو الصحة النفسية، وأن لدى غالبية الأطفال مخزونا هائلا من السلامة العاطفية، فمن المحتمل أن يعبث الطفل بالألوان لأنه شيء مسلّ وحسب، ويتضح ذلك عندما نواجه واقع أن جميع الاطفال تقريبا يحبون العبث بالألوان، ومن غير المعقول أن جميعهم قد وقفوا من الناحية العصبية عند مرحلة الشرج، ومن الممكن، ألا يستطيع الطفل الجلوس في الفصل لأنه حيوي وبحاجة إلى حياة أكثر نشاطا، أما أن الطفل ذا الدم الحامي يجب ألا يهتم بما تحت رداء زميلته فهو شيء يتعذر علي فهمه تماما.

كان اهتمامنا بالمعنى السيكولوچي لسلوك أولادنا ينعكس على فهمنا لأي سلوك يعبر عن مشاكل الأطفال مثل الغيرة، الخوف، الغضب، وينعكس أيضا على ارتيابنا إذا سلك الأولاد سلوكا حسنا! فإذا كانوا عطوفين شجعانا متعاونين، نتساءل «ماذا يخبئون وراء ذلك» وشعرنا بأننا مدانون لما صار عليه أبناؤنا، فقد تعلمنا أن الاختلاف التام– بأي طريقة– دليل على الاضطراب، وأوكد أن مشهد ابنتي حافية القدمين في رداء ليلي في برودواي في ليلة صيف صدمني كشاهد على فشلي وكاد يدخلني مستشفى الأمراض العقلية، ولكنني تذكرت القضية الثالثة التي كان لها تأثيرها على رؤيتي للموقف، فبالإضافة إلى (الافتراضات الاساسية) السابقة، كان هناك افتراض آخر ألا وهو «أن التمرد في فترة المراهقة شيء طبيعي»، إذن لم يضع كل شيء، فقد ترك لنا الخبراء منفذا ما عندما قالوا إنه من المتوقع حدوث بعض الانحراف (الجنون) عندمحاولة أولادنا التحرر من اعتمادهم علينا، يالها من فكرة منقذة! إذن فالسبب الوحيد الذي جعل ابنتي في هذه الصورة هو أنها تتمرد على سلطتي، ليس لأنها لا تحبني أو لأنها قد أصيبت في عقلها وهي طفلة .. أجلت فكرة انتحاري.

لم يكن هذا المشهد إلا المقدمة فقط، وقد توقع أقراني ما هو آت، فقد عشنا معا في السنوات القليلة التي تلت هذه التحديات المرعبة التي تحطم العقل مثل المخدرات وترك الدراسة والتجارب الجنسية والهروب من المنزل والحياة في مساكن مستقلة متواضعة، وسواء مرت بيوتنا بتلك المشاكل أم لا، فقد كانت حولنا في كل مكان وقد تحدث لنا في أي لحظة، كنا نعيش في حالة من الرعب، ثم تجلت أمامنا حقيقة أنه يستحيل أننا (جميعا) آباء فاشلون، فهل ثمة شيء آخر يعمل في حياة أبنائنا؟ ..

وقبل أن نجيب على هذه النقطة الجوهرية، يجب أن نقول إن هؤلاء الاولاد المجانين كانوا يقولون لنا إن الحرب في فيتنام حرب بذيئة لاأخلاقية، وأنها ستحطم هذا البلد كما ستحطم فيتنام، كانوا يعبرون عن حنقهم وغضبهم في الشوارع ومكاتب رؤساء الجامعات– ثم أخيرا في جرانت بارك في شياجو، وأحب هنا أن أقول إنني لو كنت بدأت هذا الكتاب قبل معاهدة الديمقراطية عام ١٩٦٨، لكنت بدأت بقولي: «ربما كان أقسى ما نعانيه في منتصف العمر اليوم هو الإحباط الذي يسببه لنا أولادنا المراهقون» ولكن الحقيقة التي تجلت أمامي بعد ذلك من أن الغالبية العظمى من الراشدين الأمريكيين لم يعترضوا –بل حتى هللوا– للمعاملة الوحشية الهوجاء الشرسة التي تعامل بها بوليس شيكاجو مع أبنائهم، ايقظتني من السبات العميق، فأن يختار الأمريكيون (الاطفال) لأن يكونوا كبش الفداء لشيء مفجع شنيع أزاح عن رأسي كل المصطلحات السيكولجية التي كانت تغيم على رؤيتي.

إن كبش الفداء وسيلة يحتاجها المرضي من البشر ليبرروا بها مالا يريدون أن يروه في أنفسهم، فصب الكراهية على فريق من المجتمع يحول الموضوع ويصرف الذهن عن التفكير في الفشل. إن كبش الفداء يتخذ عندما يكون الناس في خوف ولا يجرؤون على مواجهة ما يخيفهم، فإذا كنا نتسامح في ضرب أولادنا فإننا في مشكلة حقيقية. لقد بدأت الأشياء الآن تتضح لي، فبدلا من أن أنظر إلى قدمي ابنتي العاريتين وشعر اصدقائها الطويل، كان يجب أن انظر إلى ما يهز كيانهم، وإلى ما يحدث في العالم الذي يشبون فيه؟ وكيف يرون ذلك؟

كنت أماً في منتصف العمر في فترة من (الثورة الاجتماعية)! لم أصدق الأمر في البداية، أعرف أن التاريخ قد حاصر البعض، ولكن كيف يحدث ذلك لي؟ سمعت بشكل مبهم أن أسرة أبي قد هربت في الماضي من المذابح في روسيا، وسمعت عمن ماتوا في أفران الغاز على يد هتلر، وسمعت أن الحياة كانت قاسية في فترة الكساد– وأذكر الرجال وهم يبيعون التفاح على الأرصفة، ولكن لم أشعر أبدا بالحرمان، وعندما كان جو ماكارثي يصب اتهاماته القبيحة، عرفت أناسا محترمين فقدوا وظائفهم، ولكن لم يحدث لي شخصياً شيء من هذا القبيل، وحتى الحرب العالمية الثانية بكلي ضراوتها لم تمس حياتي إلا بشكل سطحي– فقد بقي كل من يمثل أهمية حقيقية لي في مأمن.

لكني رغم ذلك كنت أفتتن بالأدب والدراما التي تتناول ما يحدث للبشر عندما يجبرهم التاريخ على الاختيار الحتمي لأن يكونوا أبطالا أو لا يكونوا. فمن شخصية سيدنى كارتن في «قصة مدينتين» إلى توماس مور في «رجل لكل العصور» كنت دائما أبتهج وأتأثر بهؤلاء الأبطال الأكبر من الحياة مثل سقراط وجاليليو والمسيح– هؤلاء الرجال الذين اختاروا الموت في سبيل ما آمنوا به. وكنت احيانا أتساءل عما عساي (أنا) أن أفعل لو قدر لى الاختيار بين أن احيا وفق معتقداتى – وأن أتحمل ثمن ذلك – أو أن أتنازل عنها. أذكر أنني كنت مهتمة بمسرحية كانت تعرض يوميا لمدة أسبوع في البرامج التعليمية، كان اسمها «ملابس الامبراطور» وكتبها جورج تابوري، كانت تدور أحداثها عن محرقة النازي وعن معلم لا يتسم بالشجاعة أراد أن يترك في حال سبيله ليرعي عائلته، ولكنه وجد نفسه في موقف لا مناص منه وعليه أن يقرر وأن يختار طريقه في الحياة: طريق الجبن والسلامة أو طريق الشجاعة والخطر. وأذكر أني كنت أشاهد هذه المسرحية كل ليلة وأذوب تأثرا بتراجيديا الاختيار وبهاء الثقة في الطبيعة الإنسانية في اتخاذ القرار« السليم» . كنت أتمنى ألا أوضع في مثل هذا الاختيار– ولكني أدركت عام ١٩٦٨ أن لحظة الاختيار قد حانت.

كانت صدمة كبيرة أن أدرك أننا نعيش ثورة اجتماعية منذعدة سنوات وأني حتى لم ألحظ ذلك،

ولكن (أولادنا) لاحظوا، فاذا كانوا منتفضين، واذا لم ينصب اهتمامهم الرئيسي على محاولة إسعادنا، وإذا كانوا قد ولوا ظهورهم للتعليم والرخاء، فربما كان ذلك (لأنهم ينعون أحوال العالم). وعندما استرجع الأمر الآن- أجد أن كثيرين من بين من كانوا حانقين على الشباب منذ سنوات قليلة تغيرت قلوبهم، وأعتقد أن ذلك يرجع إلى أن كل ما كان أولادنا حزناء عليه، كل تكهناتهم التي كانت تشبه القدر المشئوم- قد تحققت، أما نحن، فلأننا أكبر سنا، فقد تعودنا على العالم الذي عشنا فيه طويلا، ولم نتمكن لقصر نظرنا أن نرى ما رأوه هم بكل جلاء وأمانه .. الشباب الخالي من الالتزامات، لقد كان العالم- سيداتي سادتي- يتجه نحو حتفه.

وبالطبع، لم يكن تصرف أولادنا نابعاً عن وعي وتخطيط عندما بدأوا ينظرون حولهم في بداية العقد الثاني من عمرهم، فالمرء لا يقول لنفسه «إن العالم يتجه صوب النهاية، إذن فلأ توقف عن ارتداء الحذاء». في جميع التحولات الإنسانية على مر العصور، كان الشباب هم الترمومتر الذي يستشعر ماهو آت. والتاريخ الإنساني حافل بوصف زمر الأطفال الذين اتبعوا بفطرتهم مسالك خاصة بهم أثناء فترات التحولات التاريخية مثل قصة «الكثاريون» وقصة «الحملة الرابعة» في فرنسا في القرن الثالث عشر عندما تم إبادة مجموعة من الشباب لا لشيء إلا لأنهم يدعون إلى الحب في زمن الكراهية، ولأنهم حذروا من أنه إذا لم تسد قيم اكثر خلقا سيحل على العالم زمن رهيب.

لقد أذهلتني راديكاليتي في السنوات القليلة الماضية، كنت أتلوى ألما وأصرخ غاضبة على عالم ابنتي وأصدقائها، ثم توصلت إلى بعض النتائج التي جعلت من هذه التجربة أهم تجارب النضج التي عشتها في حياتي.

لم يكن زوجي قصير النظر مثلي، بل حاول منذ أن يحثني إلى الإصغاء بصدق إلى ما يقوله هؤلاء الشباب ، وإلى تجاوز تعصبي لمفاهيمي عن الجمال وسماع ما تأتي به وجوههم بدلا من تركيز كل انتباهي إلى فتحات البنطلونات الجينز التي يرتدونها. كان أول ما اكتشفته هو أن غالبية من قابلتهم وتحدثت معهم من الشباب كانوا «أطيب وأرق وأدفأ وأحب شباب قابلتهم في حياتي» وأصبح من المستحيل أن أنكر ما أراه بعيني وأسمعه بأذني من أنهم رغم مظهرهم الخارجي وقله نضجهم وإحباطهم، كانوا في تحضرهم ومثاليتهم أفضل أبناء انجبهم أي جيل من الآباء، بالطبع كانت هناك استثناءات- مثل المدمرين وذوي النفوس المجروحة وهو ما تحظى به جميع الأجيال، لقد رأيت فيهم قلب الشباب الذي يحاول تغيير المناخ الذي نحيا فيه بغض النظر عن عدده وعدته، بل بمجرد ظهورهم في حياتنا.

بدأنا نجتمع في «حفلات عشاء» من طراز لم أعهده من قبل يأتينا فيها ضيوفنا عندما تحركهم روحهم، دون دعوات رسمية، وفي أي وقت مألوف أو غير مألوف من أوقات الليل أو النهار. كانوا لا يرتدون أحذية تقريبا إلا في الشتاء القارص، وكانوا عادة ما يتكبدون مشقة حمل حقائب ثقيلة بها آلات موسيقية إذ كانت الموسيقي جزءاً من التجربة -جاءوا في مختلف الأردية من زي الفلاحين والعمال إلى جونلات العشرينيات، ودائما جاهزون لتقديم بعض المكسرات والزبيب أو بعض الأرز البني أو الخضروات المزروعة بالسماد العضوي إذا كنا في حاجة إلى شيء منها. وكانوا يجلسون أو يرقدون على الأرض يحيطون بعضهم بعضا بأذرعتهم، ويتحدثون بحمية عن مشاكل الحياة، والمخاطر التي تكتنف العالم، ويحلمون أحلاما جميلة ويعبرون في نفس الوقت عن يأسهم وقلة حيلتهم. كانت طيبتهم تنبع من الاعماق وليس من التأدب

السطحي، كانوا مرهفين واضحين في تبادل مشاعرهم الحقيقية، وكانوا متنوعي المعلومات متعددي الاهتمامات، يملأهم حب عميق للطبيعة ولكل الكائنات الحية.

بدأت أرى العالم بعيونهم، وبمرور الوقت، تجلى أمامنا كل ما كانوا يحدثوننا عنه، فأصبح بوسعنا أن نعرف أن أولادنا ليسوا مختلين ولا عاصين، وكل ماهنالك أننا لم نفكر ونحن نساعدهم على أن يشبوا أسوياء غير مكبلين بالأمراض العاطفية التي كانت موجودة في الماضي، قادرين على اتخاذ القرار المناسب لهم، متمتعين بحرية حقيقية في التعبير عن الحب وعن الرغبة في الحياة الهادئة، أن (العالم الذي سيجدون أنفسهم فيه عندما يبلغون سن الرشد قد لايكون بحاجة لأناس مثلهم). فماذا إذن؟ إن أبناءنا هم ابناء عصر الذرة، الذين عرفوا منذ نعومة أظافرهم أنه في عدة أماكن من العالم توجد قنابل هيدروجينية قادرة على تفجير جميع المدن الكبرى، وهم الأبناء الذين قيل لهم من حاكم غير مسئول عندما كانوا في المدرسة الابتدائية أن يختبؤا تحت مناضدهم إذا قامت حرب ذرية، كما أنهم لو فعلوا سيكونون في مأمن من محرقة تفوق الوصف، وأبناؤنا هم الابناء الذين شبوا وهم يعلمون أن العديد من المنشآت على مستوى الدولة تستخدم كمخازن للجراثيم والبكتريا لتستغل في القضاء على تجمعات سكانية بأكملها، وهم الأبناء الذين شاهدوا البترول يسكب فى المحيطات ولا أحد يوقفه، وهم الأبناء الذين وجدوا أنفسهم أو أصدقاءهم محبوسين لتأييدهم للدستور، وهم الأبناء الذين أدركوا كيف تسببنا في تسمم الماء والهواء جريا وراء الثراء —ويبدو أنه لا احد بوسعه أن يوقفنا، وهم الأبناء الذين شبوا على ظلال معرفة أن الإنسان قد بلغ به الشر الحد الذي جعله يقتل ستة ملايين في أفران الغاز، هم ورثة هيروشيما، وهم من شاهدوا في سنوات التكوين كيف يذبح الطيبون ويقتل الأبرياء.

قال نيتشه: «تبلغ الأمور أحيانا درجة من القبح يصبح معها من الجنون أن تظل عاقلا». وقد توصلت إلى أسلوب يوضح كيف يبدو العالم أمام أبنائنا وذلك باختيار أي يوم على نحو عشوائي وتدوين الأخبار التي أسمعها فيه أو أي شيء ألاحظه يوضح لنا أين نقف. وتلك هي قائمة بيوم اختير كنموذج عندما كانت ابنتي في حوالي الثامنة عشر:—

١ — تقرير صحفي: تحريات عن مقتل ضابط في فيتنام. قيل لوالديه إنه توفي متأثرا بضربة شمس وكان ذلك أمراً مستبعداً إذ أنه كان عاملا في مزرعة، طلب والداه من عضو الكونجوس عن دائرتهم أن يحقق في الموضوع، فتبين أنه توفي بثلاث رصاصات وهو راقد تحت الشمس في انتظار الطائرة الهليوكوبتر.

٢ — في مناقشة نظام القذائف المضادة قال السيناتور رسل ممثل جورجيا في تقرير الكونجرس الأمريكي للأجيال القادمة «إذا كان لنا أن نبدأ من جديد بآدم وحواء آخرين، فإني أريد أن يكونا أمريكيين وليسا روسيين».

٣ — إلقاء بعض غازات الأعصاب في المحيط بالرغم من معارضة كبار العلماء الأمريكيين.

٤ — تقرير صحفي: قررت مدرسة ابتدائية أن تقوم بتجربة لإدراك آثار التفرقة العنصرية، وأيد التلاميذ والمعلمون والناظرة هذه الفكرة، حددوا أسبوعا قامت فيه السمراوات بدور الأغلبية غير المضطهدة، والشقراوات بدور الأقلية التي تعامل معاملة سيئة، حمامات منفصلة، أماكن منفصلة في حجرة الطعام، كلمات هجومية ضد الشقراوات، صنابير منفصلة للشرب إلخ. شعروا فعلا بالتفرقة، وإن الأمر ليس مجرد

لهو– ولكن في اليوم الثالث هوجم المشروع من بعض الأهالي (معظمهم من موظفي الحكومة) وكان من بينهم عضو بمجلس الشيوخ.

٥ – أعلنت الإدارة الصحية بمدينة نيويورك أن مئات الوفيات قد حدثت نتيجة لاصابة الجهاز التنفسي التي ترجع بشكل مباشر أو غير مباشر إلى تغير في الهواء استمر لمدة أربعة أيام. ولم تذكر أية خطط لمعاقبة المذنبين الذين تسببوا في تلويث الهواء.

٦ – ملاحظة لامعة جاءت في تقرير للجنة في الكونجرس: «لن يكون استمرار تدفق البترول بعد الاستبدال النووي عاملا ذا أهمية كبيرة حيث سيقل استهلاك البترول بشدة كما – ستقل السعة التي يكرر بها».

ويمكنني أن أستمر إلى مالانهاية.

منذ عدة سنوات قال يوثانت عندما كان سكرتير الأمم المتحدة إن أمامنا عشر سنوات لنحاول حل مشاكل السكان والتلوث والعلاقات الدولية– وإلا تسببنا في تدمير كوكبنا، ويحذر علماء جائزة نوبل للسلام من أن تلوث المحيطات خلال العشرة أو العشرين عاماً القادمة سيتجاوز خط الرجعة، ويظهر كل يوم دليل جديد يوضح تماما كيف أن الشعب الأمريكي لا يملك المعرفة ولاحق الإشراف على النشاطات الحربية التي يقوم بها البنتاجون أو المخابرات المركزية الأمريكية. إن الشاب الذي يعيش في هذا المكان وهذا الزمان ومازال يتمتع بالقدرة على التركيز في الدراسة، والنجاح في امتحانات الاختيار المتعدد التي تخلو من أي معنى، والذي يعد نفسه للوظيفة ، والزواج والإنجاب، ويدفع التأمينات ويخطط للاستفادة من مكافأة نهاية الخدمة لهو شخص ساذج غافل. لقد وجدت أن غالبية هؤلاء (الفالتين) يرون أن الدراسة شيء معوق، وهم غير قادرين على تحديد الوظيفة التي يفضلونها، وهم فعلا لا يثقون في المستقبل، وأعتقد أنهم لا يتوقعون أن يبلغهم الكبر ذات يوم، لقد توصلت بكل والعذاب الألم – إلى أنهم أبعد ما يكونون عن الجنون.

ومهما كانت المشاكل التي واجهتنا ونحن في ربيع العمر، فقد كان هناك دائما الأمل، كنا نشعر أنه بإمكاننا أن نجعل العالم أفضل، وكنا نظن أنه بالعلوم الإجتماعية والتكنولوجيا سنغير وجه المجتمع، ولكن تجربة أبنائنا تختلف تمام الاختلاف، فإذا كان مراهقو الخمسينيات غير مكترثين، ومراهقو الستينيات غاضبين، فمراهقو السبعينيات معذبون إذ لم يعد من حقهم حتي أن يأملوا.

ولكن لماذا كان رد فعل أبنائنا بمثل هذه الحساسية وهذا الألم مما جعل من المستحيل عليهم أن يواصلوا أمور حياتهم وأن يسلكوا المسالك المعتادة للنمو؟ (إن السبب في ذلك هو أن كل الأفكار المستحدثة عن الصحة العقلية التي كنا نجربها كآباء قد ثبت جمالها!).

ذكرت في كتاباتي السابقة بعض الملاحظات عن أن مناهج تربية الأطفال قد تغير وجه العالم وعموماً هناك فكرتان أساسيتان: جاء بالفكرة الأولى جون ديوى John Dewey وحركة التعليم التقدمي وتقول بأنك إذا اردت أن تعد الاطفال ليحيوا في مجتمع ديمقراطي، يجب أن تنشئهم على أسس ديمقراطية، وألا تجعلهم يتصرفون بدافع من الخوف إذ أن ذلك يؤدي إلى عجزهم عن التفكير لأنفسهم واتخاذ القرارات الحكيمة، فلا يمكن أن تتطور قدرتك على الحكم الصائب وهناك من يقف لك بالكرباج. لقد أردنا أن

يكون توجه أبنائنا «من داخلهم». وكنا نرى أنه من المنطقي ألا تنجح الفاشية والشيوعية– التي كان لهما عظيم الأثر على حياتنا في الثلاثينيات والاربعينيات– إلا في دول ينشأ أبناؤها في بيوت سلطوية يشعر فيها الأبناء بالراحة لأن شخصا آخر يقود لهم حياتهم ويخبرهم ماذا يفعلون.

إن الاعتقاد بأن جميع التربوين التقدميين يؤمنون بسياسة عدم التدخل اعتقاد خاطئ، كانت هناك مغالاة في بعض الاحيان ترك فيها الابناء دون أي ضابط أو رابط، ولكن كان هذا هو الإستثناء. إن النهج الديمقراطي يعني أن يكون التعلم عن طريق المثل التجربة، فإذا أردت أن يشب الأبناء مهتمين منطقين طيبين عليك أن تتعامل معهم باهتمام ومنطقية وطيبة. وكلما زاد نضجهم تركت لهم مزيداً من فرص الاختيار والتعلم من أخطاءهم، والسماح لهم بالمشاركة في عمليات التنظيم الاجتماعي، بدلا من أن تفرض عليهم القواعد الجاهزة.

وقد حاول جيلي تربية أبناء يشبون مواطنين صالحين فى مجتمع ديمقراطي، فأولادنا لهم تفكيرهم الخاص ومنطقهم الخاص، وعندنا يشعرون أنهم على صواب، لايمكن أن تثنيهم عن موقفهم أية سلطة مهما كانت. ويبدو أن لديهم حصانة ضد الدعاية السياسية و أنهم مشغولون كلية بالبحث عن الحقيقة الخاصة بهم حتى أنهم باتوا المنغص لأي حاكم ديماجوجي، فلا يمكن أن تستمروا في بيع الهراء لجيل يتعقبكم، وتحركهم نزعة قوية لاحترام كل فرد والسماح لكل انسان أن يفعل مايريد طالما لا يؤذي ولا يتدخل في حياة الآخرين، هم في حالة بحث دائم عن تفردهم، يؤمنون بحماية حقوق الفرد بأقل القوانين الممكنة، ولكنهم سريعو الارتياب في القوانين التي تميز فريق على آخر. لقد ساروا في الواقع في الطريق الذي قلنا لهم عليه، فبالإضافة إلى مناهج الحرية التي طبقناها فقد تحدثنا معهم كثيرا.

ومن المفارقة أن أولادنا قد وعوا بحق ما قلناه لهم بينما نحن لم نعه! قلنا لهم إن الحرب شيء فظيع وإنها لم تعد أبدا الحل للمشاكل الدولية، وقلنا لهم إن المرء ليس بمظهره الخارجي ولا بماله وممتلكاته بل إن جوهره ومكنونه هو الأهم، قلنا لهم أن يغمضوا عيونهم عن الوان البشر، وأن يوجهوا اهتمامهم للانسانية جمعاء وليس للأمريكيين فقط. وقلنا لهم أن يختاروا طريقهم الخاص في الحياة، وألا يتأثروا بما نفضله نحن.

ولدهشتنا فقد طبق أولادنا ما قلناه لهم عن الملكية الشخصية بالحرف الواحد، فعندما كنا نتحدث ضد المادية، لم يخطر ببالنا قط أن أبناءنا سيفهمون ذلك على أن تشتري وترتدي بنطلون جينز واحد، وألا تملك أي فستان أو بذلة، وأن تقتسم ما تملكه مع من يحتاجه، وأن تتعلم أن تعيش فقط بما يمكنك أن تحمله على ظهرك.

وليس بجديد أن يعلم الآباء أبناءهم القيم الاخلاقية، ولكن قلما تأتي أزمنة في التاريخ يحمل فيها الابناء هذه المفاهيم محمل الجد ويكونون على أهبة الاستعداد لتنفيذها وليس مجرد التشدق بها.

وتوصلنا هذه الحقيقة إلى الجانب الآخر المتميز من منهجنا التربوي، وهو ما أؤمن أننا من خلاله قد غيرنا «الطبيعة الإنسانية» عن طريق الإدراك السيكولجي الذي أضفناه على حياة أبنائنا. وأعتقد– كدارسة للنظريات الجديدة التي ظهرت في علم النفس– أن الإدراك بالدوافع الإنسانية، وتنمية إحساس الطفل بقيمته الشخصية، لابد أن يؤدي به إلى ألا يختار أهدافنا بعشوائية للتعبير عن عدائه.

قبل أن يظهر لنا مؤخراً أن كل إنسان يحمل داخله كل أنواع المشاعر، كان الأطفال يربون على الاعتقاد بأن المرء إما أن يكون طيبا أو أن يكون شريراً، ويالها من كذبه صفيقة أضرت كثيرا بالنفس البشرية. ومثال على ذلك: عندما يغار طفل من الاهتمام الذي تحظو به أخته الوليدة فيصفعها، يضربه والداه لفعلته ويقولان له إن الأطفال الأشرار فقط هم الذين يكرهون أخواتهم، وأن الله سينزل العقاب بالأشرار، فيشعر الطفل بالخوف الرهيب من مشاعره العدائية ويكتم هذه المشاعر تماما عن إدراكه الواعي، ولكنها لاتزال موجودة في أعماقه. ولابد لمن يكون هذا هو نمط الخبرات التى يمر بها في أسرته أن يشعر في الكبر إما بإحساس بالذنب أو أنه بلاقيمة، أو بالغضب تجاه ذاته لشعوره بأنه إنسان سيئ، وقد يصل الأمر إلى المرض النفسي، وهو بذلك يكون قد حول مشاعره غير الواعية ضد ذاته، أو قد تجده رقيقاً هادئاً ثم نفاجأ بأنه قاتل في حالة اذا ما كان الحرمان في حياته شديداً والكراهية الدفينة قوية، وقد يتحول إلى الشخص الذي يتحدث همسا قائلا «من فضلك» و «شكرا» ثم ينقض فجأة على مستودع للكتب ويقتل رئيسه، أو يتسلق مبني كلية ويطلق النار على عشرة أو خمسة عشر تلميذاً يسيرون في سلام، وقد يجد منفذا لمشاعره الداخلية بتوجيهها إلى فريق يري بعقله أنه عدو (حقيقي) وأن كراهيته هنا ليست شرا.

إن الأطفال الذين ينشأون على الرعب من مشاعرهم (الشريرة) يكبرون بمشاكل قد تكون أقل درامية ولكنها أكثر إعاقة: صداع دائم، صراعات زوجية خطيرة، مشاكل في التعامل مع اشكال السلطة، وربما قدرة اكبر على الكراهية والوقوف على أهبه الاستعداد للصراع مع الأفراد والدخول في حروب لا يبررها الواقع الإجتماعي. وأمثال هؤلاء- على مر التاريخ الإنساني- يسيطر الشك والريبة على علاقاتهم بالآخرين ويكرهون الغرباء ويغارون من منجزات الغير.

ولكن جيلنا رأي أنه بإمكاننا أن نغير هذا النمط ، فجعلنا أولادنا على دراية بمختلف المشاعر داخلهم، فكنا نقول: «تشعر بالطبع بالغيرة من أختك الصغيرة، كل الاولاد يشعرون أحيانا بالغيرة، لكن لا تؤذيها لأن الناس يجب ألا يؤذوا بعضهم بعضا، كل الناس لديهم مشاعر وأفكار غاضبة ولا شيء خطأً في ذلك، فاذا كنت تشعر بالغضب والغيرة، فما رأيك في أن تلكم هذه الدمية بدلا من أختك؟».

وقلنا أشياء أخرى مثل «أعرف أنك خائف من الظلام» لا شيء يخجلك في ذلك، وقلنا «إن سبب تكتل فلان وفلان ضدك هو أنهما صغيران، ولا يتقان بنفسيهما وبتكتلهما ضدك يشعران أنهما اقوياء». كان ابناءنا هم أول جيل ينشأ على تفسير المعنى وراء السلوك، علمناهم النظر إلى الأسباب الكامنة، وكان لذلك أثرين اساسيين: شبوا خلواً من الإحساس بالذنب لمحدوديتهم كبشر، ويتروون قبل إطلاق الأحكام الغاضبة على الآخرين فبدلا من أن يقولوا «ياله من غبي» يقولون «شيء ما يمنع قدرته على التفكير» وبدلا من «يالها من ثرثارة فظيعة» يقولون «إنها لا تثق في قدرتها الخاصة على السرد دون أن تقص قصصا عن الآخرين». لايوجد داخل ابناءنا مخزون عميق من غضب لم يسوي يحتاج إلى التعبير عنه في صورة كراهية للآخرين فرادى أو مجموعات.

أدركت وأنا اسمع وأراقب الشباب أنه مهما كانت تبصراتنا الجديدة إجمالية غير دقيقة، ومهما كانت العثرات واللايقين أثناء نصف القرن الأول لتجربة هذه النظريات النفسية الجديدة، فإن من حاولوا تجريبها على أولادهم يجب أن يسعدوا لهذه البداية. إن محاولة مساعدة الأبناء على فهم المعني العميق لمشاعرهم ودوافع سلوكهم وتقبل كل ما هو طبيعي وإنساني دون إدانة الذات أو إدانة الآخرين كان له كبير الأثر على

المسالمة التي يتحلي بها ابناءنا [إنهم يكرهون الظلم الاجتماعي- ولا يكرهون انفسهم ولا يكرهون بعضهم بعضا ولا يكرهون الغرباء].

يصف البعض هذا الجيل من شباب (الهيبز) على أنهم الأبناء الذين تربوا بسماحة زائدة وكل ما هناك أنهم محزونون لمشاكل العالم. فإذا كان ذلك صحيحا وأن أبناءنا مجرد (عيال مدللون) فلماذا يشغلون بالهم بمشاكل العالم وكان من الممكن أن يفعلوا ما في وسعهم «ليأخذوا نصيبهم من الأحداث»... من غنائم الوفرة. كان أسهل عليهم أن يكونوا تلاميذ خاضعين وأن ينجحوا في دراستهم ويعدوا أنفسهم لمهنة محترمة عن أن يخاطروا بأنفسهم ويتعرضوا للضرب على رؤوسهم من البوليس أمام البنتاجون، أو قضاء فترة بالسجن وتعطيل دراستهم. من الأسهل والأكثر أماناً أن تقضي عامين بالجيش في فييتنام عن أن تقضي من ثلاثة إلى خمسة أعوام في السجون لرفض التجنيد. وهم يرحبون بعناء شراء منظفات لا تحتوي على الفوسفات وجمع الجرائد والزجاجات الفارغة والتوقف عن استعمال المناديل والفوط الورقية، وتناول الخضروات المزروعة بدون كيماويات- تلك هي أنواع الأنشطة التي يقوم بها هؤلاء العيال المدللون، فهل التسامح الزائد هو ما جعلهم يرون- قبل غالبية الراشدين- فظاعة الحرب في فييتنام؟

عرض علي صديق يرى أنني مترفقة في إعجابي بالشباب وأني أنظر اليهم برومانسية بلهاء- مقالا نشر في صحيفة عنوانه «لقد سئمت طغيان هؤلاء العيال المدللين»، كتبه استاذ في التاريخ بجامعة مونتانا يرى أن الحياة ليست أسوأ ولا أفضل مما كانت عليه في أي جيل، وأن المجتمع يشهد تقدما مطردا مع كل جيل جديد، وأن جيل منتصف العمر قد جاهد ليصل إلى ماوصل إليه الآن، أما الشباب فيسيئون التصرف لأنهم لم يربوا تربية حسنة. لم يكن المقال نابعا عن كراهية ولاحماقة بل كان يحمل منطقا لا بأس به- ويحمل تقييما أميناً محبا من شخص يحركه الاهتمام الواضح بالأبناء ويؤمن تماما بفكرة أن الآباء قد تخلوا عن شيء جوهري ألا وهو سلطتهم، ولكن نقده أغفل السياق الذي يتمرد فيه هذا الجيل، قال: «أؤكد أننا نعاني من المتاعب مع هذا الجيل من الشباب، متاعب لا ترجع إلى أننا أدينا إلى فشل بلادنا، ولا إلى المادية أو الغباوة، بل ترجع إلى أننا فشلنا في أن نضع هذا الجيل في مكانه الصحيح..» وقد علق زوجي على هذا المقال قائلا: «كيف يكتب رجل متخصص في التاريخ هذا المقال؟ كيف يتحدث بنغمة طبيعية عن هذه اللحظة التاريخية؟ ألم يدرس سقوط الامبراطورية الرومانية، ألم يقرأ عن العربدة واللهو والأنانية المتزايدة في القوى الحاكمة، ورفض التعامل مع القضايا الأخلاقية»؟ إن الخطأ في مقال هذا الأستاذ أنه لايمت بصلة لواقع أنه يعيش فترة سقوط «الحضارة الغربية»!، ومن وجهة نظري فإن متوسطي العمر هم المدللون الذين يحاولون الاستغراق فيما يدور معتنقين سياسة (مفيش أي حاجة ومليش دعوة).

إن راديكالية الشباب لايمكن فهمها إلا في سياق الخبرات التي عاشوها في عصر يتسم بالحساسية والمثالية. قالت لي امرأة عن قريب لها: «لاأحد في العائلة يدرك كيف أصبح الولد من أنصار ماو. لقد كان طالباً مثالياً، وكان قصير الشعر ويرتدي ربطة العنق وتقليدياً في ملبسه مثل والده، ولا ندري كيف تغير بين عشية وضحاها، عندما كان في الصف الثالث بالجامعة، حدث له هذا التغير في لحظة رهيبة عندما شاهد رجل بوليس يضرب طالباً على مقعد متحرك أثناء الشغب الذي حدث في الجامعة، هرع إلى المكان وحاول أن يغطي الطالب بجسمه فناله ضرب مبرح على رأسه واقتيد إلى الحبس مصابا بارتجاج في المخ ولم يدخلوه المستشفي إلا بعد أربعة وعشرين ساعة، أصبح يؤمن بفكر ماو من واقع هذا الكابوس الذي مر به شخصيا، وبعد أن كان شديد الولاء لأفكار بلاده، استيقظ تماما من هذا الوهم».

وبالطبع علينا مواجهة السلبيات الواقعة مثل المخدرات والانسحاب، ولا أعتقد أنها ترجع إلى الحنان والمودة في تربيتنا لأولادنا أو إلى المفاهيم الخاصة بالصحة العقلية! بل أرى أنها تعود إلى أشياء لم تخطر ببالنا عندما كان أولادنا صغارا، وإلى عوامل لم يكن لنا سلطان عليها، فلم يخطر ببالنا ونحن نربي جيلا من الطيبين المسالمين، أن العالم- بالحالة التي هو عليها- لن يكون بحاجة لأمثالهم. لم يخطر ببالي أبدا على سبيل المثال أن ابنتي سيكون لها يوماً ما علاقة بشيء يجعلها تخشى البوليس، فنحن أناس ملتزمون بالقانون وأقصى مواجهة مع القانون هي خرق إشارة مرور. كنا نشعر -نحن أبناء الطبقة المتوسطة الميسرة- أن البوليس دائما في صفنا، وأقر بكل خجل أني عشت حياتي متمتعة بهذا النوع من الحماية، ولم يكن لدي أي فكرة عن الخبرات المختلفة التي يعيشها الفقراء والسود مع البوليس، ولم أكن لأتصور أن يأتي اليوم الذي تضرب فيه ابنتي على عنقها بالهراوة وأن يشق معطفها إلى نضفين لاشتراكها في مظاهرة سلمية مع بضعة مئات آخرين، ولم أتصور أن تطارد ابنتي لا لشيء إلا لأن صديقها شعره طويل، أو أن تأتي غارة بوليسية ليلا للتفتيش عن (الهيبز) المشتبه فيهم وتدس المارجوانا في شقتنا- كما فعلوا مع عديد من أصدقائها - إني في حالة من الذهول، لقد كان البوليس دائما عونا لي، وقد أوضح أحد اصدقاء ابنتي الأمر لي في حسرة: «أنت لاتعرفين أننا زنوج هذا الزمان».

هناك عديد من العناصر في تعليم أبنائنا كان لها عظيم الأثر على توجهاتهم فهم نتاج العقود التي ذهب فيها لبنا في تقديس محموم للإنجاز الأكاديمي بحيث قررنا أن التعليم الجيد إنما يعني حشو الرأس بآلاف الحقائق غير المترابطة والتي لا لزوم لها، وليس بتعلم كيفية التفكير وإعمال العقل. لقد استعبد أولادنا بمئات الامتحانات كل عام، بواجبات منزلية ثقيلة كل ليلة، وبالتحذيرات المستمرة بأن حياتهم لن تكون لها أي قيمة إلا إذا تمكنوا من الالتحاق باحدي الكليات العريقة، كما لو أن برمجة عقول أبنائنا سيحل كافة مشاكلنا الاجتماعية، ونتيجة لذلك، فقد اعلنت معظم المدارس صراحة لاولادنا أنه لا يعنيها اهتماماتهم، ولا استعدادهم الفردي، ولا مشاعرهم، ولاعلاقاتهم الاجتماعية، وأن كل ما يهم المدرسة هو حصولهم على أعلى الدرجات. كانت هذه الفترة سقيمة غبية في تاريخ التعليم في أمريكا، وها نحن نجني حصادها.

إنه لشيء غير إنساني أن تهتم المدرسة بالتدريب العقلي فقط ولا تهتم بمشاعرك كانسان، ومن المحتمل أن يكون هذا التوازن المختل وهذا التركيز على القشرة المخية فقط كان له أثره على الانجذاب إلى المخدرات التي تبسط العقل، وايضا على اهتمام الشباب باليوجا والتصوف وعلم السحر والعرافة والتنجيم وكل ماله علاقة بالاحاسيس والمشاعر والتأمل داخل الروح، وهي النقيض لحفظ وتكديس الحقائق. إننا عقل وعواطف فكر ومشاعر، ولنا احتياجات تتجاوز مجرد المعرفة، إننا بحاجة لبعضنا البعض، بحاجة لأن نكون على صلة بمشاعرنا وأحاسيسنا، وليس من قبيل المصادفة أن يعلو الآن شأن الاهتمام بالادراك الحسي المتمثل في تدريبات التنفس، وفي انواع العلاج التي تؤكد على أن نلامس بعضنا بعض، وأرى أن ذلك هو ما يعادل التعليم غير المتوازن الذي كان اولادنا ضحيته، والمسألة في الواقع هي أننا نميل إلى الانتقال من تطرف إلى آخر، ففى البحث عن توازن جديد قد ننكر الاحتياج الحقيقي الملائم لارتياد العقل ولتطوير المهارات الذهنية، وارجو أن نتعلم من السنوات القليلة الماضية أن يتعلم ابناؤنا فى مدارس تلم حقاً بكل احتياجاتهم واهتماماتهم المتنوعة، وعلينا في نفس الوقت أن نحمل ما خلفه لنا أسلوب معاملة اولادنا كانسان

آلي مما جعلهم ينصرفون عن الحياة الدراسية ويتجهون إلى الخبرات التي تبسط أذهانهم ولا تعتمد على حشو القشرة المخية.

وثمة عامل آخر لم يكن في الحسبان، وهو أن سنوات التعليم المطولة والوفرة النسبية التي نتمتع بها أدت إلى بقاء اولادنا (اطفالا)، فمن كان في الثامنة عشر وفصل والده من عمله، وله خمسة أخوة وأخوات لابد من اطعامهم فليس أمامه من بديل سوي النزول إلي العمل وبالتالي النضوج المبكر، أما من كان في الثامنة عشر، ويذهب والداه إلى أوروبا كل عام، ولهم قارب خاص، ويدرك أن أي مهنة يختارها لابد ستبقيه يدرس ويعتمد عليهما حتي سن الثلاثين، فقد لا يري أي معني في الاستقلال، فلا أحد (يحتاج) فعلا لكفاحه، لا يضير أبويه أن ينفقا عليه وبالتالى يقضي السنوات في تقليب الأمور والتفكير فيما يريد حقا أن يفعله، أو يتجه إلى عمل يربح منه القليل الذي يحتاجه لمجرد أن يقوم بما يمنحه السعادة الفورية، إذ يبدو أنه لا جدوي من التخطيط لمستقبل غير معلوم بل ربما حتي غير موجود.

وجانب اخر من القضية التي نحن بصددها هي أنه لم يكن من المنتظر ألا نستفيد من التكنولوجيا الجديدة وسابق الخبرة في مجال العلوم الاجتماعية من اجل خير البشرية. ومن أكثر الامور التي يتكدر لها ابناءنا هو أننا نعرف السبيل إلى تغيير العالم إلى الافضل ولكننا غير راغبين في ذلك، هب مثلا أن العالم اكتشف علاجا لمرض الجدري، ولكنه رفض البدء في أي برنامج وقائي، وامتنعت جميع الدول عن الانفاق عليه، ولا أحد يلقي بالا، سنعتبر هذا مسلكاً فظا لا اخلاقيا، ويري ابناءنا أن هذا بالضبط هو ما يجري اليوم، ففي نصف القرن الماضي على الأقل عرفنا كيف نجعل الحياة افضل كثيرا للغالبية العظمي من الناس، ولكننا استخدمنا اقل ما يمكن من علمنا، وندرك تماما أسباب الجريمة ووسائل منعها، ولكننا نترك العديد من البشر يشب منحرفاً خطرا على نفسه وعلى مجتمعه. ونعرف كيف نخطط بذكاء للبلدان والمدن، وكيف نعلم الاطفال أن يصيروا أناس مهتمين مهذبين، ونعرف الأسباب الاجتماعية والعاطفية التي تؤدي إلى إدمان المخدرات، ونعرف أنه مرض لكننا نتعامل معه كجريمة، نعرف أننا إذا لم نعزز ونقدر الطفل منذ لحظة ميلاده كمعجزة من معجزات الوجود، فستلعب به المقادير، ونعرف كيف نهدم كل الأحياء القذرة، ولكننا نريد أن نخلق على القمر مناخا يصلح للحياة، ونعرف أن التعصب العنصري مرض وأنه يمكن الشفاء منه بتغيير نوعية الحياة.

ونعرف كذلك الاحتياجات الطبية والاجتماعية والنفسية الضرورية لجعل الحياة البشرية أكثر إثمارا –ولكننا بعيدون تماما عن أن نضع معرفتنا موضع التنفيذ بحيث نحدث إختلافا حقيقيا، فنرفض إنفاق المال اللازم لخلق الموارد التي تحقق ذلك. فعلى سبيل المثال لدينا من الخبراء في علم الجريمة ما يكفي للبدء في نظام يمكن أن يخفض عدد المسجونين خلال الجيلين القادمين بحوالي ٥٠ ٪ بالمائة، ولكنه يكلف الكثير، فنحن ما إن ندرك إمكانية منع الجريمة إلا ونكتشف أنها تحتاج لاستثمارات ضخمة، وأنه من الأوفر تشغيل عدد أكبر من رجال البوليس ومن حراس السجون. ولدينا الآن من المعرفة ما يكفي لوقف تلوث الماء والهواء، ولكن هذا يعني أن يستغني البعض عن دوافعهم الأنانية التي يحيون بها وهو ما لن يحدث.

وفي هذه اللحظة لدينا كم من المعلومات المتاحة يمكن أن يبرئ معظم أطفال العالم من معظم الأمراض، ويقضي على سوء التغذية، ولكننا لن نستخدم هذه المعرفة. ولدينا الوسائل التكنولوجية التي يمكن أن تقضي على الجوع في كل مكان، ولكننا لن نقضي عليه، هذا هو المناخ الذي يحيا فيه أبناؤنا، والذي

أدي إلى تحطيم روحهم المعنوية، هذا هو القبح الذي فاق أي قبح آخر، والذي يفسر الألم واليأس والسلبية والانسحاب الذي نراه لدي الشباب والذي يسبب لنا الضيق الشديد.

إن حضارتنا حضارة مختلة،. لقد أخبرنا عالم الإجتماع لوثر ودوارد luther woodward منذ عدة سنوات عن وسيلة شيقة مثيرة كانت تستخدم فى إحدي المجتمعات البدائية لقياس الخلل العقلي، وذلك بأن يأتوا عند مصدر للمياة له سدادة، والمياة تصب في جردل وبجوار الجردل مغرفة، ويسأل القادم ماذا يفعل لمنع المياة من التدفق على جدران الجردل، فإذا حاول نزح المياة من الجردل بالمغرفة فهو مختل أما إذا سد المياة بالسدادة فهو عاقل، وما يزيد من يأس أولادنا هو أننا شعب من أصحاب المغارف، بدلا من معالجة أسباب الفقر والجريمة والمرض النفسى والتعصب والكراهية الدولية، نبنى مزيداً من السجون ونؤجر مزيدا من رجال المطافيء لمنع انتشار النيران في الأحياء الفقيرة المكتظة، ونرسل مزيدا من رجال البوليس إلى الأحياء حتي لايحدث شغب، ونبني مزيدا من الصواريخ لنرعب جميع الناس الذين يخافون منا أصلا. يجب علينا أن نقلق للأسباب التى وراء عذاب أولادنا.

كتبت جريدة نيويورك تايمز مقالا بعنوان «أصوات اليأس» ذكرت فيها ماقاله الطالب الحاصل على أعلى مرتبة عند تخرجه «ليس لي أية خطط لأنه لا خطط تستحق»، وقال خبير في الرياضيات والكمبيوتر أنه لا يشعر بأي إحساس بالتحقق بعد أن قضي أربعة أعوام بالكلية تفوق فيها على جميع رفاقه وأضاف قائلا:

«أرثوا لحالي يا من تسغون الهواء الذي تتنفسونه، قولوا لي لماذا تستحق الحياة أن تعاش، هل جعلت النقود لحياتكم قيمة ... يا دفعة ١٩٧١، أرثوا على طالب لم يفكر، بل ذاكر فقط .. واخبروني كيف تقبلتم عبثية الحياة».

في رواية «السلخانة رقم ٥ يستدعي كورت فونيجوت Kurt vonnegut★ الدعاء المشهور الذي تستخدمه جمعيه «مدمني الخمر المجهولين★★: «اللهم امنحني الصفاء لأتقبل ما لا طاقة لي بتغييره، وأمنحني الشجاعة لأغير ما في وسعي تغييره، وأمنحني دائما حكمة التمييز» .. ثم يقول الكاتب عن بطل الرواية «ومن بين مالم يكن بوسعه تغييره كان الماضي، والحاضر، والمستقبل» .. وأبناءنا يشتركون في وجهة النظر هذه.

ورغم هذا الإحساس العام باليأس وقله الحيلة، فقد حقق الشباب اختلافا كبيرا سواء أدركوا ذلك أم لا، فأي شخص عاقل لايشك في أن الشباب أساسا هم الذين حملونا على أن ننظر نظرة جادة إلى الحرب في فيتنام وإلى السياسة الامريكية الخارجية بوجه عام. وهم من كان لهم دور عظيم في تنمية إحساسنا جميعا بالمشاكل البيئية التي يجب مواجهتها، ولعب الشباب بالتأكيد، دورا هاما في إعادة هيكلة نظامنا التعليمي، وذلك من خلال اشتراكهم في الجامعات المفتوحة وجميع أنواع التعليم بشكل عام، واستجابتهم

★كاتب أمريكي ولد عام ١٩٢٢ يركز في أعماله على أثر المؤسسات والمعتقدات الراسخة في التقليل من شأن الإنسان. وتعتبر «السلخانة رقم ٥» أقوى رواياته (المترجمة)

★★جمعية لمدمني الخمر الراغبين في الشفاء بمساعدة الذات ومساعدة من مروا بنفس التجربة من قبل. تأسست عام ١٩٣٥ ووصل عدد أعضائها إلى مليون عضو- ويعرف فيها الأعضاء بأسمهم الأول وأول حرف من اللقب فقط. (المترجمة).

لشاملة إلى نداءات من هم فوق الثلاثين ممن وجهوا نقدا خطيرا لمدارسنا.

وساعد الشباب أيضا على توضيح بعض الحقوق المدنية التي تؤثر على الشباب عندما نبهوا إلى بعض المسائل القانونية مثل حق الطالب في إطالة شعره، وحق التعبير عن الرأي في الجرائد السرية، وجعلونا نفكر بجدية في دستورية السلطة المدرسية على التلاميذ وأسرهم، ونجد الآن وعيا متزايدا بالمضامين القانونية المتعلقة بإيقاف أو طرد طالب على سبيل المثال.

وكان للشباب أثر طيب علينا! لقد شجعونا على ارتداء الملابس البسيطة غير الرسمية، وأن نحيا حياة أقل تنافسا، وأقل رياء. لقد أجبرتني ابنتي وأصدقاؤها على أن أعيد النظر في جمود وزيف مزاعمي عن الحياة. وإذا كنت أشعر الآن بمزيد من الاسترخاء، ومزيد من الحرية في أن أكون نفسي أكثر من أي وقت مضي، ومزيد من الضيق بالسطحية والكذب فى العلاقات بين الناس، فإني أدين لذلك في معظمه إلى تحدي ابنتي لي (وإلى مرونتي ونواياي الطيبة!).

صرت أعجب بميل الشباب لتأجيل اختيار مهنتهم حتي يدركوا من يكونون وما الذي يهمهم، وأشاركهم سخريتهم وعدم اكتراثهم بالمتطلبات الرسمية التي تتطلبها معظم الوظائف، لقد جرأوا على قول ما لم نجرؤ عليه، ويدركون تماما أن حوالي ٩٠ بالمائة من المناهج والدورات الدراسية التي قمنا بها للتدرج في الوظائف «المختلفة لم تكن إلا هراء ولا علاقة لها بما نحتاج فعلا تعلمه أو بتأهيلنا للقيام بالوظيفة، وهي لا تمت بصلة للموهبة والمهارة، وانها ليست أكثر من تطوير معقد لفكرة «رابطة الحرفة». إن تحررهم من سحر الدرجات العلمية تحرر حقيقى ولا يرجع فقط إلى واقع أنه رغم كل صيحات ونداءات مستشاري التعليم، فإن نصف الحاصلين حديثا على درجة الدكتوراة لايجدون عملا، خاصة في مجالي التدريس والهندسة، وهما ما كانا في أمان تام من مخاطر الكساد، والأكثر أهمية من ذلك هو أن أولادنا أجبرونا على أن ننظر بصدق إلى شقاء الكثيرين الذين تسرعوا في اختياراتهم واستقروا على عمل يكرهونه.

بعد سنوات من فحص الذات (بكل ما يشمله من عذاب) وجدت نفسي أقف في صف الشباب الذين ينظرون نظرة جديدة إلى الزواج، وقد لا يرون معني في صورته الحالية، ولا أري بينهم من العبث والاستهتار في علاقات الحب التي يقيمونها أكثر من أي جيل آخر، وهم بالتأكيد أكثر صراحة وأمانة مما كنا نحن عليه وأري أن تجريبيهم لأشكال جديدة من الحياة- - تجارب للزواج، حياة جماعية- مما يمكن أن يعتبر بديل لأرتفاع معدلات الطلاق التي أجدها بين المعاصرين لي، ولليأس الصامت الذي يشعر به عديد من المتزوجين، وهم محقون في تقديرهم أنه قد آن الآوان لاكتشاف سبل جديدة وربما أكثر لياقة يمكن بها للراشدين أن يتبادلوا الحب وينجبوا الأطفال، وهم يعيدون النظر فى فكرة الأبوة ذاتها وأرى فى كلامهم منطق ما، فهم لايرون سببا يجعل كل فرد ينجب أطفالا، ويهتمون جدا بمحدودية حجم الاسرة لمن يريد الانجاب. وبالطبع يشعر معظمنا – بسبب غسيل المخ في سنوات نمونا- بالرعب لما يقولونه ونري أنه نوع من الانغماس فى الذات وعبادة اللذة، فى بعض الأحيان كان ذلك يمثل عرضاً لاحتياج طفولي لاشباع كافة الرغبات فورا، ولكن في اغلب الشباب كان ذلك نوع من «اعادة التوازن»- وهو شيء نحتاجه ويبدو لي أننا إذا كنا نشعر بالمرارة والغضب والقنوط بشأن نصيبنا في الحياة، فإن ذلك ربما يرجع إلى أننا قضينا حياتنا في التخطيط للمستقبل ولم نجرؤ على الاستمتاع بالحاضر. وحيث أني جربت ذلك مؤخرا أري أهمية كبيرة لأن اقول [دع الحياة تخبرك إلى أين تمضي، وأن تحيا اللحظة بكل ما تستحقه]. مرة اخري. أنها مسألة

توازن– وجيلنا بحاجة إلى أن يتعلم أن [يحيا اللحظة وحسب]– وربما ذات يوم، بعد أن يملأوا كأسهم من هذه المتع المكثفة، يري أولادنا ايضا جدوي بعض التخطيط لبعض الوقت.

ومن أكثر ما يستفزنا في هذا الخصوص أن يلقى شاب بشيء كان على وشك أن يناله، مثل ترك الدراسة قبل الحصول على الشهادة بستة شهور، أو ترك منحة دراسية رائعة إلى أكبر الجامعات من أجل الذهاب إلى كوبا لمدة ثلاثة شهور لجمع قصب السكر. ونري أن ذلك «تبديد» ولكن هل الامر كذلك فعلا؟ إنك قد تكتشف في اللحظة الاخيرة انك لا ترغب فعلاً في أي شيء له علاقة بالدكتوراة، وربما يكون ذلك اشارة للاعتراف بالاحباط المرير لقلة ما تعلمته أو حصلت عليه، وبالطبع فإن الشباب عرضه –مثلنا– إلى اقتراف بعض الاخطاء في الحكم على الامور وارسال اشارات مندفعة حمقاء– ولكني عموما أجد نفسي أسيرة للنقاء الذي يشرق عبر تلك الإشارات، فهم على الاقل يحاولون أن يكونوا صادقين مع انفسهم ومع قيمهم الخاصة.

كنت اتحدث عن أبنائنا الذين هم الآن ما بين الثامنة عشر والخامسة والعشرين. كانوا الطليعة– فهم أول شباب يعبر عن صدمته لأحوال العالم. ولكن يبدو أن البشر يتعودون بسرعة علي الأشياء ويتكيفون مع التغيير، فالأبناء الأصغر صادفوا نفس ما أزعج إخوتهم الكبار، ولكن صار فيهم نوعا من الأمان والاستقرار، انهم يحملون نفس القيم، ونفس الشكل، ولكن القاعدة الثورية اسسها لهم اخواتهم، ولايبدو أنهم يشعرون بصدمة كبيرة. لقد عانت طليعتهم اكثر في زمن متغير، وأري بين الثالثة عشر والسابعة عشر انسحاب اقل من الدراسة ومحاولات اكثر للعمل في اطار النظام، وفتور أكثر، وثقة بالنفس أكبر في محاولة الحياة والبقاء كجزء من فترة تحمل تحولات اجتماعية رهيبة. وأبناء هذه المجموعة الأصغر لامعون لديهم معرفة جيدة، متطورون ذهنيا، ولكن ينقصهم النضج العاطفي، وهم يتفتحون بسرعة، ويتأثرون بسهولة بأقرانهم كنوع من الاعتمادية البديلة عنا. وقد قال لي طبيب نفسي لديه مركز لعلاج مدمني المخدرات ممن في العقد الثاني من العمر «لا أدري لماذا يلوم الآباء انفسهم – ليس (لهم) أي تأثير بالمرة». ولكني أري أن علي الآباء محاولة منع الحرية المبكرة، وإذا لم يتمكنوا من ذلك فليكن باستشارة المدرسة حين لا يصمد الأبناء – نتيجة لعدم نضجهم – أمام ضغط اقرانهم.

ومن بين المشاكل التي يواجهها الآباء مع الأبناء هي الشعور الحتمي بالغيرة والتنافس، وأرى أنه إذا فهم الآباء معني منتصف العمر، سيكون الصراع أقل مع أولادهم المراهقين، فالآباء يرون الأبناء يتفجرون طاقة وحيوية، ويحاولون مقاومة سلطتهم (رغباتهم، امنياتهم، احلامهم، توقعاتهم ، قلقهم) فيشعر الآباء بالتهديد والغضب، ولكني أري اننا إذا فهمنا أنفسنا فهما افضل، فسوف ندرك أن كثيرا من المشاعر المتعلقة بسلوك أولادنا لها علاقة كبيرة بشعورنا نحو انفسنا.

لا يمكن ولا يجب أن نشعر بالتنافس مع ابناءنا– فلدينا نحن أيضا عدد من الاشياء الجميلة – حقا أن اولادنا علي عتبه المغامرة، وأنهم يتمعتون بالجمال وتملأهم عصارة الحياة، وأجسامهم قوية شابة، ويشعرون انهم خالدون لايقهرون. ولكن نحن ايضا لدينا ما نتميز به! اذكر كيف كان يحيرني الفرق في مستويات الطاقة بيني وبين ابنتي عندما كانت في الخامسة عشر أو السادسة عشر. كانت تصمد أكثر مني في بعض الألعاب الرياضية، ويمكنها أن تستمر في التحدث إلى اصدقائها طوال الليل، وتكون متألقة ونشيطة في الرابعة صباحا، أما فيما يتعلق بتنظيف الشقة أو دهان الشرفة أو حتي الجلوس إلى الآلة الكاتبة

لمدة ثماني ساعات، فالغلبة تكون لي. لدينا انواعاً مختلفة من الطاقة تعتمد جزئيا علي المرحلة العمرية، وأساسا علي اختلاف اهتماماتنا ودوافعنا.

وأعتقد أن العلاقة بين منتصف العمر والمراهقة قد تحسنت منذ قيل اننا- منتصفي العمر- مازال أمامنا متسع من الوقت. إن البشر يميلون إلى التعايش مع المتوقع منهم، فإذا قيل لمنتصفي العمر إنهم قد انتهوا من حياة المضاجع- سيتقبلون الامر- أما اذا قيل لهم أنه مازال امامهم عشرون أو ثلاثون عاما من الحياة الجنسية، سيستجيبون بحماس إلى ذلك! وأعتقد أن التنافس مع الشباب كان يلعب دورا أكبر في الاجيال السابقة اذ كان الآباء يرون بزوغ شباب أبنائهم مصدراً للمرارة وتذكرة دائمة لهم بغروب حياتهم.

واذا كان أولادنا المراهقون يريدون أن يسدلوا الستار علي فترة الطفولة ويحاولون اكتشاف ذواتهم الجديدة والأبتعاد عن اعتمادية وأمان الطفولة، فنحن ايضا نمر بأشياء من هذا القبيل، نريد أن نفصل أنفسنا عن الانشغال المكثف بالاسرة والأمومة أو الابوة، فلتكن فترة بداية جديدة لجميع افراد الاسرة.

وقد نتعلم من أولادنا كيفية الانتقال من مستوي إلى مستوى جديد من النمو!

ويرجع الصراع بين الآباء والابناء في هذه المرحلة من العمركذلك إلى أن الآباء لا يواجهون ما تتضمنه المراهقة، وما يهمهم هو أن امومة أو ابوة كل الوقت تخبو. وأنه قد آن الآوان للبحث عن أدوار أخرى، فمن كان مستغرق كلية في هذا الدور ويجد قناعة كبيرة في البيت المليئ بالأولاد، لابد أن يكون هذا الوقت مخيفا له، لأن سبل التحقق الأخري غير جاهزة، ويقل حدوث ذلك تدريجيا كلما وجدت النساء أنواعاً عديدة من النشاط بعيدا عن المنزل، وإن كان إصابة كل من الرجل والمرأة باكتئاب عندما يبدأ العش يخلو مانزال ظاهرة شائعة الحدوث وقد يلجأون إلى تحويل الأبناء الذين مازالوا بالبيت إلى أطفال.

ومثال علي ذلك الام التي لم تستطع مواجهة أن عليها الانتقال إلى مستوى جديد من الخبرات، فهي مانزال تصر علي توصيل ابنها ذو التاسعة عشر ربيعا إلى كليته يوميا، وتسهر الليل بجواره وتعد له الطعام في أي وقت يشاء، وعندما قال لها الطبيب المعالج لابنها أن لامبالاته وسلبيته ترجع إلى انشغالها به وعدم رغبتها في النظر إلى حياتها هي، أصرت أن يترك ابنها العلاج.

في بعض الأحيان يجد المراهق صعوبة في الانفصال عن أبويه عندما يشعر في داخله بعدم الرضا عن نفسه، فالمرء بحاجة للرضاء عن نفسه قبل التأكيد علي استقلاله.

وقد يجد بعض الآباء صعوبة في البعد عن ابناءهم نتيجة لبقايا إحساس بالذنب وشعورهم بانهم آباء فاشلين، واقول أن العكس تماما هو الصحيح، وعلينا أن نتحرر من ذلك وأن ننتقل إلى مرحلة الانتباه إلى حياتنا نحن، لقد كنا في الواقع جيلا عظيما من الآباء! لقد حققنا استثمارا عاطفيا عميقا مع أبنائنا. وعندما كنا مطالبين بإبداء أكبر المرونة وأن نحب أبناءنا حتي وأن كنا نراهم مخلوقات جاءت من المريخ، فعلنا ذلك بنجاح كبير، تحملنا بسعة صدر أشياء كنا لانراها محتملة: تقبلنا أن يعيش أولادنا معا علانية، وتقبلنا حفلات الزفاف التي يقيمونها علي ضفاف الأنهار وهم يرتدون الجينز بدلا من الترتيبات الفخمة التي كنا نعد لها في القاعات الفاخرة، وتقبلنا- رغم تحفظاتنا- انسحاب طالب من جامعة هارفارد ليدرس آله السيتار الهندية، وأصبحنا قادرين علي أن نقول «ابني .. قاطف الفاكهة» بدلا من أن نقول «ابني ... الطبيب». لقد

تكيف العديد منا مع أنماط الحياة الجديدة، واعتقد ان ابناءنا سيقرون بأننا قد وضعنا في الاختبار وأننا نجحنا في مادة الحب غير المشروط.

إن التحرك نحو حياتنا الخاصة يمكن أن يتخذ صورة عدة، ولكن يجب أن نولي اهتماما كبيرا لأن نكون قريبي الصلة بأبنائنا، وأن نشكل فريقا اساسيا في «جيش» علاقاتهم. إن من شعارات مؤسسة فيستا للعمل التطوعي «إذ لم تكن جزء من الحل، فأنت جزء من المشكلة».

إننا بحاجة إلى الشجاعة أكثر من أي وقت مضي لتحرير أبنائنا من عبء خوفنا عليهم. يقول طالب وسط المظاهرات ووحشية البوليس: «كان يجب أن أكون جزءاً من كل ما يحدث، لا يمكن أن أنسحب من قضايانا وإلا شعرت بأن حياتي لا معنى لها، ولكنني كنت أحمل على كاهلي طوال الوقت إحساساً بالذنب لأن أمي تقلق علي بجنون، فهي تريد أن أنتبه إلى شئوني، وأن أكون في مأمن- كنت أتمنى أن تشجعني فقد كنت خائفاً بالفعل، والتزام المرء بمبادئه ليس بالشيء اليسير، فإذا أضاف الآباء قلقهم، يكون العبء فوق الطاقة».

في رواية «تقرير إلى جريكو» كتب كازنزاكس عن الراهب الذي قابل صبيا في محنة كبيرة ويشعر بالعذاب والحزن علي أحوال العالم ولا يستطيع تحمل رؤية المعذبين في كل مكان حوله. كان حافيا يرتدي ثيابا رثة، ولا وسيلة له لكسب العيش، فأعطاه الراهب حذاءً وثيابا وعلمه حرفة وقال له ألا يقلق بشأن العالم، وهكذا «أصبح تجارا سعيدا»- يالها من قصة فظيعة! إن العالم - الآن بالذات- بحاجة إلى أناس حساسين قلقين قديسين راغبين في تحمل مسئولية محاولة تغيير العالم، لدينا ما يكفي من التجارين السعداء، وأكره تحويل قديس إلى واحد منهم.

ويجب أن نتعلم الحياة مع القلق، وأن نسمع لأولادنا ونساعدهم في تظاهرهم وإضرابهم وكفاحهم من اجل تغيير المناخ الذي تحيا فيه. إن الشيء الوحيد الذي يقلقني في السنوات الأخيرة هو أن يقل حماس أولادنا وأن تخيم عليهم روح الهزيمة وتمنعهم من مواصلة كفاحهم وقد يكون الصمت الحالي الذي نجده في حرم الجامعة دليل علي أن قلة حيلتهم قد شلت حركتهم، وهذا اسوأ ما يمكن أن يحدث فإذا كان ثمة شيء نعلمه لأولادنا فهو أن الطريق الوحيد لأن يكون للحياة معنى هو أن تستمر في كفاحك حتى وإن بدت الهزيمة حتمية.

إن أولادنا بحاجة إلى تفاؤلنا ومساندتنا، ونحن بحاجة إلى التفكير في فاعليتنا والتزاماتنا. هل الكفاح للشباب فقط؟ لا أعتقد ذلك. وأرى أنه إذا شبت النيران في البيت، فلابد من تكاتف الجميع لمكافحتها مهما كانت الأخطار، إن الطريق الذي يضمن إزالة العلقم من صراع الآباء والأبناء هو أن يشترك الآباء مع الأبناء في إقامة المتاريس.

لسنوات عديدة حمل الشباب حملا ثقيلا من العذاب والألم، ظلوا يصرخون وحدهم في البرية، يقاومون عداء الكبار وعماهم، لقد آن الآوان لنشاركهم عذابهم، ونحمل بعض العبء من فوق أكتافهم الشابة ونبكي معهم على قتلى الحروب في كلا الجانبين، وأن نصرخ معهم ضد النهب الذي يحدث لكوكبنا، وأن نكافح الكفاح اللازم لرفع المظالم عن الفقراء والأقليات المضطهدة.

إذا كنا نحرص على الاقتراب من أبنائنا، وجب علينا أن نشترك معهم، أن نلزم أنفسنا بالعمل الاجتماعي فمعظمنا يخشى مواجهة القانون كما يخشى الموت، لقد نشأنا على الإعتقاد بأن البوليس والقانون في حمايتنا، ومن الصعب أن نواجه فكرة أن يلقى القبض علينا، فقد كان المجرمون فقط في أيامنا هم الذين يقبض عليهم– أوهكذا قلنا لأنفسنا– طالما لم يكن لنا أية صلة بالفقراء أو السود. كانت صديقة لي من بين من قبض عليهم في الاعتقالات المجنونة التي شملت حوالي سبعة آلاف شخص في واشنطن في أبريل ١٩٧١، حشروهم كالقطيع في مدرج واحد بدون طعام ولا مياه ولا دورات مياة لعدة ساعات. رفضت المحكمة جميع القضايا، وقالت إن الاعتقالات غير قانونية. وقد وصفت صديقتي مشاعرها قائلة: «كنت أريد أن أفر– ولكني خجلت– كان الأولاد رائعين، لم يفعلوا ما يبرر هذه الاعتقالات الواسعة. قلة قليلة هي التي كانت مخربة، ولكني خجلت من التراجع، وعندما أمسك بي رجل البوليس، كنت أريد أن أقول له إني جدة، وإني أسكن في حي راق، وإن زوجي نائب رئيس بنك، بعبارة أخرى كنت أريد استخدام كل رموز وضعي الاجتماعي التي لاعلاقة لها بالموضوع على أساس أنه كان المفروض أن يقدر أني لست أكثر من مواطنة تعبر عن رأيها المعارض. شعرت بالحزن للعناء البدني الذي حدث هذا اليوم– ولكني تحملته– وأشعر الآن بالفخر لأني لم أنسحب، إن الإحساس بالخوف يتلاشى عندما يجد الإنسان نفسه وسط تمرد مدني».

وأنا على ثقة بأن أبناءنا ليسوا منصرفين عنا، وأنهم يريدون أن يسمعوا أفكارنا، وأن يختبروا أفكارهم الخاصة في مواجهة معنا. وقد وجدت في احاديثي السابقة معهم انهم كالاسفنج تواقون للامتصاص، ويرجع سبب انصراف بعضهم إلى أنهم لايجدون من يصغي اليهم بالفعل، لأننا مشغولون بالحفاظ على مكانتنا، لقد نسينا عاملين أساسيين: أولاً إن أولادنا يعرفون تماما كيف نفكر. فقد ظلوا يستوعبون ذلك طوال خمسة عشر أو عشرين عاما، وثانياً إن المستمع يلعب الدور الأكثر سلبية، ولذلك يحتاج أولادنا أن يحتلوا المنبر وأن نصغي نحن إليهم لكي يجدوا طريقهم للتغير والنضوج.

هناك أغنية مؤثرة، وأري أنها رسالة واضحة من أبنائنا إلينا، اسم الأغنية «الكتاب الجيد» وهي تعبر عن مخاوف الشباب وشعورهم بالوحدة: «قولوا إنكم تحبوننا حتى لانشعر بالوحدة».

فإذا قلنا لهم إننا نحبهم، لن نشعر (نحن) أيضا بالوحدة.

ملحق:

من المستحيل أن تكتب عن الشباب دون أن تصبح ملاحظاتك قد عفا عليها الزمن في أقل من خمس سنوات، وهذا ماحدث لي، فأنا الآن بصدد المراجعة النهائية لهذا الكتاب الذي بدأته منذ عامين، ولحماقتي، كان هذا الفصل من أول الفصول التي كتبتها، وقد تغيرت الأمور بسرعة مذهلة، ونظرا لأن فترة المراهقة هي فترة الاضطراب والحساسية الشديدة، فإن رد الفعل تجاه التغيير يكون أكثر حدة.

يبدو أن هناك (وعكة) شديدة أصابت العديد من الشباب ممن كانوا منذ سنوات قليلة مضت مرتفعي الصوت ملتزمين، قد يبدو من النظرة الأولى أن أبناءنا جاحدون كسالى، كانت أمامهم فرصة إحداث تغيير، ولكن لم تواتهم الشجاعة لتحقيقه. ولكني أرى الأمر مختلفاً تماما عن هذه الصورة، وأرى أنه رغم أنني أدركت مبكرا تعاسة أبناءنا وعداء مجتمع الكبار لهم، إلا أني أقدر كمية الدمار النفسي الذي كان حادثا.

يشعر العديد ممن لهم أبناء في العشرينيات الآن بالخطر الشديد، فمن كانوا متمردين منذ أربعة سنوات فقط اصيبوا باللامبالاة الشديدة تجاه ما حققوه، ونجد أولادنا شاردين عاجزين عن توجيه حياتهم أو البحث عن هدف لها، والبعض يدمر نفسه دمارا لاشفاء منه عن طريق المخدرات أو العلاقات المدمرة أو إنكار مواهبهم وقدراتهم على الإنجاز، ومما يصدمنا ويصيبنا بالهلع أن يعود أولادنا الكبار ليقيموا معنا في البيت وهو نوع من التراجع والاعتمادية لانجدنا قادرين على فهمها، مثل ابن في الثلاثين، طالب لامع على وشك أن يصير محاميا، يعيش معنا، ويعمل سائق تاكسي عندما يكون بحاجة إلى بعض المال، وابنة في الثالثة والعشرين تعلن أنها هي وصديقها لايجدان عملا، وأنها حامل، وأنهما قررا العودة للحياة معنا، والشاب الذي لم يبق على حصوله على الدكتوراة في علم الأحياء سوى ستة شهور فيصبح مدمنا ويختفي بالشهور، وطالب جامعة هارفارد الذي كان يدرس الطب، ولكنه يذهب إلى الهند ليبحث عن المعنى، ولما لم يجده يستقر على إعطاء دروس في آله السيتار الهندية.

بعد أولادنا «وجدوا أنفسهم» واستطاعوا أن يلعبوا دورا في التغير الاجتماعي، وارتبطوا وأصبحوا آباء محبين، ولكن البعض الآخر ممن كانوا أكثر حيوية وشجاعة أصيبوا بما يشبه الانهيار، كما لو كان أصابهم الشلل وعدم القدرة علي تركيز طاقاتهم وانتباههم لعمل شيء لحياتهم.

يبدو أنه علينا أن ندفع ثمن الثورة التي نعيشها، إن التحول يفوق طاقة بعض الشباب مما سبب لهم تدميرا عميقا، وربما يكونون من النوع الذي يحتاج إلى صرامة أكثر في الحياة، وربما إلى حرية أقل، وفرص اختيار أقل، فمثلما كان بعض الشباب يشعرون بالاختناق من صرامة الماضي، يبدو أن لايقين اليوم يمكن أيضا أن يهز الشباب الذين تغمرهم الفوضي. والأمر الآن أن بعض هذا الجيل الصاعد يتسم بدرجة من الرقة والحساسية تجعله عاجزاً عن التعايش في عالم نخطط فيه لمزيد من الصواريخ رغم قدرتنا الفعلية علي تدمير العالم كله، عالم يسير فيه الأطفال في فييتنام وقد أمسكت النيران بثيابهم.

نعرف أن بلدنا تمر بفترة رهيبة في تاريخها، ولكننا نلوم أنفسنا علي تعاسة أبنائنا وحياتهم الضائعة، وبدلا من إضاعة الوقت، علينا أن نحاول أن نجد السبل لمساعدتهم دون أن نتسبب في مزيد من انسحابهم واعتمادهم علينا. كيف تجعل الابن يعرف أنك ستحبه دائما، وانك لا ترفضه، ولكنك تشعر أنه من غير الملائم له أن يعيش في البيت دون أي خطط للمستقبل وقد بلغ الرابعة والعشرين؟ كيف يكون الأب

عطوفا دون أن ينمي لدى الابن شعورا بالطفولة؟ وماذا عن حقنا في الا
كما عبرت أم عن ذلك قائلة: «ما أفزعني أنهم يفترضون أنه علي أنا أن
لهم أن يغيروا بيتي وأسلوب حياتي، اني لا أتحمل ذلك ولن أفعله!» يجب أن
الأطفال من جديد من أجل أنفسنا ومن أجل اولادنا. إننا لن نساعدهم بتقبا
القيام بدورهم كراشدين، وليس من قبيل الاهتمام والحب الخالص أن نقبل
نطالبهم بشيء البتة.

إذا كان أولادنا في مشكلة، يجب أن نحاول ما في جهدنا لمساعدتهم، من سوء الحظ أن عدداً من هؤلاء الشباب قد اكتوى بالعلاج النفسي المضلل الذي كان بعيدا تماما عن هذا المرض الجديد من الانهيار الاجتماعي، وأصبح من الصعب إقناعهم بحقيقة أن ثمة مايزال من يستطيع المساعدة. إن تقديم الدعم المالي اللازم للعلاج شيء مشروع، أما التهاون في بعض المتطلبات الواقعية فهو تشجيع على مزيد من اللافاعلية. لا يوجد أي مبرر في هذه الفترة من حياتنا– لأن نعول أولادنا الراشدين إلا إذا كانوا مرضى وبحاجة لدخول المستشفى. في بعض الأحيان– رغم قسوة ذلك– يكون أفضل ما يمكننا عمله هو أن نقول في النهاية: «إذا كنت سقيماً ولا يمكنك العمل أو الدراسة فالأفضل أن تذهب إلى المستشفى». أعرف أنه من المستحيل أن يتمكن آباء محبون أن يقولوا ذلك لأولادهم، ولكن إذا تمكنوا، فسيكون ذلك غالبا هو أولى خطوات الشفاء.

ويمكننا أن نساعد أبناءنا إذا ماتحلينا بالمرونة، لقد تعودنا ألا نصدق أنه يمكن لأحد أن يربح ربحا مناسبا دون التأهيل لوظيفة ما، ولكن فكرتنا هذه كانت فكرة غبية ويثبت أولادنا عدم صحتها طوال الوقت.

ترك شاب الكلية بعد ثلاثة فصول دراسية، أصبح علي بينة من أنه سيتعلم بنفسه أفضل من أي فصل دراسي. قرأ كثيرا، وعمل بكل أنواع الوظائف الغريبة، واكتشف أن لديه قدرة طبيعية على التجارة والتصميم المعماري– ولكنه لم يتحمل فكرة العودة إلى الدراسة (لقد كان الناس لآلاف السنين يبنون البيوت دون الحاجة إلى الشهادة الجامعية)، هام على وجهه ولم يجد إلا ما يكفي لمصروف جيبه، عرض والده أن يقدم له المال اللازم لبناء بيت، طار الشاب من الفرح، وجمع من بين معارفه من الشباب كل من لديه ميل للفنون اليدوية، بنوا منزلا يدويا رائعا، باعوه بضعف تكلفته، ويخططون الآن لبناء مزيد من المنازل.

توجد سبل كثيرة واقعية وجميلة يمكن أن يعمل بها الشباب ويتكسبون منها ولكنها أهملت لعدة قرون، علينا أن نساعدهم لكي يروا أن أمامهم اختيارات عديدة– إذا تحلينا بالمرونة بشأن الاختيارات الموجودة أمامهم.

قالت لي أم: «كان جد زوجي بائعاً جوالاً في نيوانجلاند، كان ذكيا طموحاً واستطاع في النهاية أن يكون له متجر عام، من المؤكد أن هدفه الرئيسي طوال سنوات كفاحه كان ألا يضطر أولاده وأحفاده أن يعملوا في مثل تلك الأعمال، بل أن يجلسوا إلى المكاتب ويرتدوا قمصانا بيضاء وأربطة عنق. والآن، حصلت حفيدة حفيدته– أي ابنتي– على رخصة بائع متجول لتبيع الحقائب الجلدية كوسيلة لكسب المال».

إن أفكارنا النمطية عن العمل تضخم الإحساس بالانهيار الاجتماعي بين شبابنا، فطوال نصف القرن

الماضي كان هناك اهتمام زائد مضحك بالإنجازات الأكاديمية والدرجات العلمية، ولم نترك أي مجال للحرف اليدوية، إذا استطعنا أن نساعد شبابنا على أن يشعروا بالاعتزاز بالنفس والإحساس بالتحقق الضروريين لكي يكون للحياة معنى، قد يمكنهم استعادة قوتهم وشجاعتهم. ويجب ألا نتزعج كثيرا للوقت الذي يستغرقه أولادنا حتى يتقبلوا التزامات النضج، ولنأخذ في الاعتبار أنه رغم (أننا) كنا مسئولين ومغرمين بالبحوث ونعرف أهدافنا قبل أن نبلغ العشرين– فكم منا يشعر بالسعادة لما يفعله؟ من الأسلم أن تعبر عن آلامك وأنت في سن العشرين عن أن تحمل عبء تعاستك وأنت في الأربعين، كما فعلنا. وقد نجد في هذا الاختلاف الهام بعض السلوى. ومن يدري، فقد تصبح هذه الملاحظات عتيقة بعد عام ونصف العام!.



الفصل السادس

الزواج في منتصف الطريق

جاءتني صديقة لم أرها منذ مدة طويلة لنقضي عدة أيام معاً، تبادلنا خلالها معاناتنا في هذه المرحلة من العمر، وقررنا ذات مساء أن نشاهد فيلماً عاطفياً كذريعة للبكاء، أخذنا مخزوناً من المناديل الورقية وذهبنا لمشاهدة فيلم «قصة حب»، ولكننا لم نبك، بل أصبنا بالإحباط وصاحت صديقتي قائلة «إن مخرج الفيلم جبان، إن قتل زوجة شابة وهما مايزالان في أوج غرامهما عمل انسحابي وكان يجب أن يكون أكثر شجاعة ويجعلهما يعيشان زواج منتصف العمر»!

لاشك أن أصعب تحديات منتصف العمر تتعلق بالحب والزواج. إننا الجيل الذي قيل لنا ونحن جلوس فوق حجر الأمهات إن الزواج عقد احتكار مدى الحياة وأنه يمكن باللياقة والحساسية والخيال أن يستمر المرء سعيدا في زواجه طوال حياته. ولم نكن مهيئين لمواجهة حقيقة أن الزواج مؤسسة اجتماعية شديدة التعقيد وأنه يمر الآن بثورة كبيرة تبحث مستقبله والغرض منه. وإذا كان هناك جيل حائر في منتصف الطريق، فمن المؤكد أنه جيلنا! كان قد فات آوان الزواج المرتب الذي عمل به أسلافنا، وفي نفس الوقت كان من السابق للأوان أن نتنبأ بمشاكل الزواج الأوحد القائم على العاطفة، ونكاد نكون أول جيل يؤمن بزواج الحب حيث توضع طاقة الحب العظيمة في علاقة منوط بها أساسا الحفاظ على الجنس البشري.

آمنا بسنووايت التي أيقظها الأمير الجميل وعاشا في (تبات ونبات). وكنت أؤمن في فترة المراهقة بأني يجب أن أظل «نقية برئية» حتي أتزوج، ثم فجأة أصير وعاء للجنس بقية حياتي، وأن احاول أن ادخل البهجة علي زوجي حتي لايمل بي، ومازلت من الناحية العاطفية أشعر بالراحة مع تلك الآراء لأني بنفسيا من المؤمنين حتى النخاع باحادية الزواج، ولكني من الناحية العقلية أعرف أن الإنسان ليس من الكائنات أحادية الزواج، فإذا ترك له التصرف بدون ضغوط اجتماعية صارمة لن يسلك هذا المسلك.

وقد عبر شخص– من المؤكد أنه متزوج– عن الفكرة التي لم نتعلمها ونحن أطفال حين قال: جميع الزيجات سعيدة، ولكن الحياة معا بعد ذلك هي التي تسبب كل المشاكل».

ومن أكثر التعليقات حدة عن الزواج كان تعليق روبرت تيلور، أستاذ التاريخ الذي نشر في مجلة هيوامنيست:

«إن الزواج شيء غير محتمل .. وكان دائماً نظاماً غير محتمل فرض قيوداً اجتماعية على الجنس لصالح قيم متكلفة سخيفة مثل تنشئة الأطفال، والميراث والوضع والتقاليد الاجتماعية.. وأوجد كل مجتمع

شكلاً أو آخر من نظام الزواج .. والزواج الأمريكي على وجه الخصوص لايطاق، فمنذ البداية أظهر الأمريكيون رفضهم لكل أنواع التريض خارج إطار الزواج الذي توصلت إليه الثقافات الأقدم والأكثر حكمة حتى تجعل الزواج صالحاً للحياة. وهم لم ينجحوا أكثر من غيرهم في الاحتفاظ بالجنس حيوياً مرحاً داخل حظيرة الزواج، فقد كان نفاقهم خطيراً، كما أنهم رفضوا أيضاً ممارسات العالم القديم في الزواج المرتب .. وشرعوا يمزجون ما اكتشفت المجتمعات الأقدم أنه لايمزج: الرومانسية ، المغامرة الجنسية، الحب، الحياة الأسرية .. لقد كان التوتر رهيبا في الزواج الامريكي، وقبل أن تفتح نافذة الطلاق في بداية هذا القرن لابد وأن ملايين الأشخاص قد سلسلوا إلى بعضهم البعض رغم الكراهية الشديدة التي تتزايد عاماً بعد عاما. وفي الفترات الأولى من الثورة الجنسية بعد الحرب العالمية الأولى حاول الرومانسيون المخلصون الذين يصدرون كتيبات عن الزواج رأب الصدع في الصرح القديم المتهاوي بأن يعلموا الأزواج كيف يظلون جذابين لبعضهم البعض بعد خمسة أو عشرة أو عشرين عاماً من الزواج. أما الآن فقد يئست تلك الاتجاهات من محاولة إنقاذ هذا النظام، وما مبادلة الزوجات ولقاءات نهاية الأسبوع التي تمارسها الشريحة العليا من الطبقة المتوسطة إلا امتداد مغامر لنصائح تلك الكتيبات. ولكننا نرى المستقبل يتشكل الآن على يد الشباب في سن الدراسة الجامعية والذين قرروا بوضوح أن يتجاهلوا نظام الزواج باعتباره خطأ تاريخياً وزيفاً كبيراً»

وقد عبرت زوجة عن وجهة النظر هذه بقولها: «ماذا تفعل مع الملل الحتمي الذي لابد وأن يصير جزءا من الحياة عندما تعيش مع نفس الشخص لمدة أبعين أو خمسين عاماً؟ والأمر لاعلاقة له بمقدار الحب والتوافق ولاالعشرة الطيبة والإحساس بالأمان، ولم يكن من المنتظر أن يحيا الناس معاً ويتحابوا لفترات طويلة هكذا طالما أن الحياة معا ليست مسألة حياة أو موت».

وقال زوج «لم يتبادر إلى ذهني كيف أن الزواج الآن مكبل بعبء ثقيل إلا عندما زرت بعض المقابر القديمة، أدركت كيف كان يتوفى العديد من الأزواج والزوجات في سن صغيرة مما كان يتيح الفرصة لزيجات جديدة، وإذا نظرنا إلى الوراء لأجيال قليلة لوجدنا أن أسراً كثيرة كانت تشتمل على زوج للأم أو زوجة للأب وأن في الأسرة الواحدة ابناء من زيجات سابقة نتيجة لوفاة أحد الزوجين، وبذلك كان الناس في السابق يغيرون شركاء حياتهم بسبب الوفاة، أما الآن فعن طريق الطلاق، فالأمر لاعلاقة له بأن القدرة على الاحتمال قد اختلفت»

ومن بين تعقيدات الزواج في منتصف العمر أنه لابد وأن يعكس ردود أفعالنا ومشاعرنا تجاه إمارات الكبر. قالت زوجة: «كنت قلقة عندما دخلت فترة انقطاع الطمث حتى إني اتهمت زوجي بأنه لم يعد يشعر بجاذبية نحوي، ولكن في الواقع كان هذا هو شعوري تجاه نفسي وليس شعور زوجي» وقال طبيب «عندما يشعر الرجل ببداية تناقص قدرته الجنسية يشعر بألم كبير فيلقي باللائمة على زوجته، وينكر حدوث شيء (له)، ويرى أن الأمر أن زوجته مملة أو غير مكترثة».

ومن بين الأعباء التي يحملها زواج منتصف العمر هو تلك الفكرة التي صدقناها والتي تقول بأنك إذا كنت غير سعيد قبل الزواج فإن الزواج سيغير حالك، وكان من المؤلم اكتشاف أن ذلك أبعد ما يكون عن الحقيقة، وأن الدلائل تشير بكل وضوح إلى حقيقة أنه يجب على كل رجل وكل امرأة ألا يتوقع أن يصبح شريكا أسعدحالاً مما كان عليه قبل الزواج، و نفس الأمل الكاذب عندما يعتقد زوجان أن إنجاب طفل قد ينقذ علاقتهما، إن الزواج لا يعطي أكثر من حاصل طرفيه، وكلنا مسئول عن سعادته الشخصية، فإذا

ألقينا بهذا العبء على الزواج فإننا نضعه في خطر حقيقي.

وأحد الأعباء المدمرة التي نكبل بها الزواج هو أن نفعل مالا نريد حقا أن نفعله من أجل خاطر الشريك فنسمع على سبيل المثال. «لايمكن أن افعل ذلك وإلا قتلني زوجي» أو «أود أن أغير المكان حولي، لكن زوجتي لن تغفر لي ذلك»، يجب أن نفهم جيداً أنه لا أحد يقرر شيئا لأحد، فإذا اخترت أن أفعل أو ألا أفعل شيئاً معيناً فإنه اختياري أنا، وإذا قررت أن أفعل مالا أريده، فأنا الذي اخترت ألا أواجه الصراع الذي قد يترتب على هذا الموقف. وأرى أننا كثيراً ما نخطيء في تقديرنا ونقلل من قدرة الشريك على الاستجابة الجيدة لتحدياتنا إذا فقط ما أعطيناه الفرصة. كل فرد مسئول عن حياته، ويجب ألا نلقي باختياراتنا وقراراتنا على عاتق الآخرين. وقد يقود هذا المذهب إلى مواجهات صادقة قد تحمل معها الكثير من الألم، ولكنها أساسية لإقامة علاقة بناءة هادفة.

وهذه النغمة السلبية التي بدأت بها الحديث عن الزواج لاتعني عدم تقديري له، بل اني أقدره كثيراً وأرجو أن أوضح ذلك ولكني أري أنه من الضروري تماماً أن ننظر إليه بصراحة وصدق لكي يمكننا مواجهة ما يحمله الواقع من مشاكل وإحباطات وقيود.

وأقر في مستهل حديثي أن بعض الزيجات تتسم بالهدوء والرزانة وتقوم على أساس ثابت معظم الوقت، ونجدها غالبًا عندما يكون التماثل شديد بين الزوجين في أمزجتهم واحتياجاتهم، وغالباً ما يشتركون في مستوى إنفعالي منخفض نسبياً، وهذا ليس حكماً بالمرة، فهذا النوع من الحياة ينطوي على العديد من المزايا. ولكني أندهش لواقع أن الزيجات التي تبدو أكثر استقرار هي التي يكون فيها الطرفان محدودي التطلعات، قانعين بمستوى عاطفي منخفض، ويفضلان البقاء حيث هم من حيث درجة النضج التطور، ولايشعران بظمأ لمزيد من الاثارة، وليس لديهما أية طموحات كبيرة، وهم غالباً طيبون للغاية مهذبون شفوقون يريدون أن يحيوا حياة بسيطة لا يكتنفها كثير من الاضطراب.

وفي تلك الزيجات غالباً ما ينادي الزوجان بعضهما البعض «ماما» و «بابا» مما يدل على انهما يجدان أعمق الإشباع الزوجي في دورهما كآباء، ويريان أنفسهما في هذا الدور طيلة حياتهما حتى بعد أن يكبر الأبناء ويستقلون بحياتهم.

وأحيانا تتحول بعض الزيجات الصعبة إلى زيجات رائعة بمعنى أنه رغم الحياة الرهيبة الشاقة التي عاشها الطرفان معا إلا أنهما في صراعهما من أجل الوصول إلى أفضل مالديهما من امكانيات يصلان في نهاية الأمر إلى إساس عميق راسخ لعلاقتهما.

وغالباً ما تكون المشكلة هي أن أحد الطرفين يصل إلى درجة من النضج تفوق الطرف الآخر. تقول زوجة: «ليس لدي طموحات كبيرة وأحب الأسلوب الذي عشت به حياتي، وأشعر أني حققت معظم ما كنت أريده، يمكنني الاستقرار على نفس الوتيرة، ولكن زوجي يختلف عني، لايقنع أبداً مهما حقق من انجازات، يريد المزيد دائماً وهو مغامر ويؤمن بأن الحياة لحة قصيرة ويصر على ألا تفوته أي تجربة قد تثريه، وهو قلق غير راضٍ، ليس بالمعنى السيء ولكنه يريد المزيد والمزيد والمزيد من البحث والتحدي والتضج، فإذا اردت أن يستمر في حبي عليّ أن أحاول استغلال أقصى امكانياتي، وأن أشاركه مغامراته وهو ما أجده مهلكا لي، أحيانا أقول اني لا استطيع الاستمرار وأن عليّ أن ابحث عن مكان أعيش فيه في هدوء وبساطة ، ولكن

أحياناً أخرى أجد إثارة في أن يجذبني أحد يتمتع بهذه الحيوية وأعرف أني أحيانا أكون بحاجة إلى من يلكزني قدماً».

إننا لم نهيأ عاطفياً للواقع الحتمي بأن الزواج علاقة متغيرة، وانه من المستبعد أن تستمر المشاعر الرمانسية التي بدأنا بها بعد كل ما نمر به: الملازمة الدائمة، الحفاضات، إرجاع الطعام أثناء الانفلونزا، التعامل مع أهل الزوج أو الزوجة، المعلمة القذرة التي تسبب رعباً لطفلك، الرهاق، الإحباط في العمل، المشاكل المالية، السباكة المسدودة، الزبالة. كيف لشابين رومانسيين محبيين أن يتجاوزا كل ذلك ويظلا مدلهين؟ والعجيب أن العديد يظلون بالفعل مدلهين لبعض الوقت!

إننالم نهيأ أيضاً لأن أدوارنا تتغير، وليس على الأزواج والزوجات أن يتكيفوا مع ذواتهم الجديدة فحسب بل أيضاً مع نظرة الشريك الجديدة لهم. فربما تظن لمدة سنوات إنك متزوج من سيدة تريد أن ترعى البيت وتنجب أطفالاً، فتكتشف أنها اختيرت عضو باللجنة الديمقراطية في المنطقة. أو تظن امرأة أنها «زوجة المدير» فتراه يعتزل ويتساءل عما يفعله بحياته. ويمركلا الطرفين باضطراب في فترات التحول. وقد تندهش عندما ترى كيف أن الأدوار المتغيرة تغير الشخص الذي كنت تشعر ذات يوم انك تعرفه حق المعرفة.

ويزداد الخوف من الطلاق بشدة في منتصف العمر، إذ أن الشعور بالاستياء وعدم الرضا ينحي جانباً أثناء وجود الأبناء بالمنزل لأن المسئوليات الواقعية تكون ثقيلة ويشعر كلا الشريكين أن حياته ستتعقد بدرجة لا طاقة له بها إذا انفصلا، والذين طلقوا قبل منتصف العمر كانوا غالبا يعيشون دراما مكثفة من انعدام التوافق، ولكن في كثير من الزيجات يقرر الزوجان أن يتحاملا أثناء سنوات احتضان الأبناء ويفعلان ذلك من أرضية مزعزعة.

ويصعب على جيلنا ألا يرى أن الطلاق شيء محزن، ولكننا الجيل الذي أصبح فيه الطلاق شيء غير نادر الحدوث كما كان ونحن أطفال، ويصعب علينا أيضاً أن ننظر إلى الطلاق من منظور الطبيعة المتغيرة للزواج وليس من منظور الفشل الشخصي، لقد كان الطلاق غير شائع عندما كان الناس يتزوجون لأسباب غير الحب وحده، وليس من السهل علينا أن نقبل فكرة أن الطلاق أصبح ميثاقاً للشجاعة والاستقلال والمثالية، وأنه قد يعني رفض الاستكانة لنصف حياة وربما أقل، ومعظمنا، حتى المطلقون منا، غير قادرين على التخلص من الإحساس بالفشل والخجل اللذين لايرجع سببهما إلى ملابسات الحالة بل إلى رواسب ماتعلمناه في صغرنا.

في مسيرة الحياة معاً لمدة عشرين أو ثلاين عاماً، ومع نمو كلا الطرفين، قد يجدا أنفسهما غرباء، فالحياة تغيرنا شئنا أم أبينا، وإذا نظرنا إلى واقع أننا نختار شريك حياتنا ونحن نكاد لا نعرف شيئاً عن أنفسنا وعما سنصير عليه، سنجد أنه من المدهش أن العديد يستمرون معاً بالفعل.

إننا من أوائل الأجيال التي عاشت تجربة «الأسر الصغيرة» فقد عاش معظمنا في طفولته تجربة الأسر الممتدة حيث كان الأقارب يعيشون إما معاً أو في تجاور، وكان الجدود والخالات والعمات وغيرهم يقومون بدور في رعاية الأبناء، وفجأة وبشكل درامي قطعت أوصال هذا النمط، وأصبحنا نعيش بعيداً عن أقاربنا مما زاد من أعبائنا وشعورنا بالوحدة وأضاف إلى قلقنا الحالي إزاء الطلاق.

وأعرف زوجين توضح قصتهما ما يخشى منه غالبيتنا، تحابا في المدرسة الثانوية وتزوجا في الجامعة

وكان بينهما توافق كبير في الاهتمامات والميول، أنجبا طفلين وعاشا كل أنواع الألم والإحباط قبل بلوغهما الأربعين: وفاة والديّ الزوجة بعد مرض طويل استلزم رعايتها وتضحيتها، إصابة الابن بالحمى الروماتزمية و إصابة الزوج بمرض غامض أرقده عاماً كاملاً بالمستشفى تحملت خلاله الزوجة بمفردها عبء إعالة الأسرة، وتمرد الابنة المراهقة الذي وصل في بعض الأحيان إلى تدمير الذات بما فيه تجربة مع المخدرات. وكان الأصدقاء يقسمون انه لايوجد مثلهما في الولاء والتوافق والاعتماد المتبادل. غيرّ الزوج وظيفته في الثانية والأربعين وانتقل إلى عالم أكثر إثارة وعطاء بما في ذلك من فرص عديدة للسفر واهتمام من الصحافة والجمهور. وفي الثامنة والأربعين قابل في جنيف صحفية شابة في الرابعة والعشرين، أحبها، طلق زوجته وتزوجها، وإن كان ثمة مشاكل خفية في زواجهما، فهي لم تكن أبداً اسوأ من تلك التي كانت في زيجات آبائهم وآجدادهم واسلافهم الأبعدون، ولكن لم يحدث في العائلة أي حالة طلاق من قبل، ملأت الهواجس الزوجة واخذت تلوم نفسها وتتساءل هل اعتبرت وجوده شيء مسلم به؟ هل كان هناك انذار مبكر ولكنها لم تدر له بالاً؟ هل كانت مستغرقة في الاهتمام بالأبناء؟ ربما نعم .. وربما لا. ولكن لايمكن أن ننكر واقع أن هذا الولع بالشباب يجعل كثير من الرجال يقلقون لتقدمهم في السن وقد اثرت الثورة التي حدثت في تنظيم النسل على متوسطي العمر مثلما أثرت على الشباب فلم يعد البقاء العضوي هو الأساس للزواج، وهذا عنصر لايمكن تجاهله في مثل تلك الحالات من الطلاق المفاجيء.

ولكن في أحيان أخرى يكون وقوع الطلاق مفأجاة للمعارف والأصدقاء ولكن الأطراف الأساسية فيه تكون على دراية بأنه لابد آت، وأن الأمر كان يتطلب فترة طويلة لمواجهته بشكل مباشر، مثل زوجين أعرفهما شعرا بالملل المتبادل بعد سبع أو ثماني سنوات ولم يتقبل أحد منهما الطلاق كبديل حي، ودون أن يواجها لامبالاتهما المتزايدة، حاولا دفع زواجهما قدماً عن طريق القيام برحلات والاشتراك في بعض الأندية وتعلم الرقص وانجاب الأطفال، وبمرور الزمن وصلا إلى الأربعين، شعرت الزوجة على جه الخصوص بأنها تفتقد شيئاً هاماً، وبدأت دون وعي تبحث عن شيء اكثر إثارة، عادت للدراسة للحصول على درجة علمية وتخصصت في تعليم الفنون، وبعد عامين من الانشغال كل الوقت بالدراسة أحبت أحد أساتذتها الذي كان مطلقاً، ولم يتحمل الزوج الشعور بالعزلة والوحدة فارتبط دون حب بسيدة في مكتبه، وجاء طلب زوجته بالطلاق في وقت كان يشعر فيه بالخدر للزواج المفقود.

لم يصدق الأقارب والأصدقاء ما حدث، كانوا يرون أنهما ثنائي رائع: ما أرقهما مع أولادهما، كم يتمتعان بتوافق كبير، لم يسمعهما أحد يتناقشان، ونادرا ما يتشاجران، وكانت الزوجة على علاقة طيبة بحماتها، والزوج محبوباً من والديّ زوجته، ويشتركان في أشياء كثيرة: رحلات وجمعيات اجتماعية، حتى انهما أخذا دروسا في الرقص، ماذا نحن مقدمون عليه عندما يهدر زواج راسخ كهذا!

ويخشى عديد من الرجال والنساء أن يحيوا منبوذين مرفوضين إذ كانت فكرة الحياة وحيداً مرعبة، فكان ينظر إلى «العوانس» كمواطنات من الدرجة الثانية، وإلى الكهل الأعزب بشفقة كبيرة. ونتيجة لهذا النوع من غسيل المخ، يشعر عديد من الرجال والنساء بالخوف من الهجر- لذا يتعلقون بأهداب الزواج ولا يبادرون بطلب الانفصال أو الطلاق رغم اليأس التام الذي يحيونه لأن الاستمرار في الزواج أقل رعباً من الوحدة مهما كان الأمر.

إننا بحاجة إلى النظر إلى موضوع الطلاق بمنظار جديد. فهو ليس دائما عرضاً من أعراض الفشل

الذريع بل إنه كثيراً ما يكون محاولة شجاعة من أجل حياة أكثر معنى. إن الفشل في الزواج في فترة متغيرة مليئة بالتعقيدات ليس بالشيء المخزي، لم تكن التحديات أبدا بمثل هذا الفيض، ومن الواضح تماماً أن العديد من حالات الطلاق التي تحدث في منتصف العمر تكون تأكيداً لمثل المرء وليس انسحاباً.

وبالاضافة إلى ذلك فإن الزواج الثاني في منتصف العمر غالباً ما يكون ناجحاً، بالطبع هناك حالات عديدة لم يتعمق أي من الطرفين في سبب فشل الزواج الأول فتتكرر نفس الأخطاء مرة أخرى، ولكن هذه الحالات في تناقص. وفي هذه الأيام يدرك عديد من الناس انهم يمرون بأزمة وانه يصعب عليهم تماما أن ينظروا ويتفحصوا في دوافعهم اللاإرادية وانهم لابد أن يلجأوا إلى عون المتخصصين في تلك الفترات. وإذا كان لدى الأطراف التي فشل زواجها الشجاعة والأمانة لفحص القوى المحركة للعلاقة، فإنهم يكونون على درجة كبيرة من فهم الذات في علاقة ثانية.

وعندما تستمر علاقة زوجية قائمة لمدة عشرين أو خمسة وعشرين عاماً ويكون أحد طرفيها او كلاهما تعيس وغير راضٍ لمدة طويلة فقد يكون أنهما دون وعي ينتظران استقلال الأبناء بحياتهم، فهم يدركون جيداً مشاكل هذا الزواج، ويدركون الاختلاف الذي سيجدونه في علاقة أخرى.

وجانب آخر من جوانب الطلاق هو ما نشأنا عليه من افتراض أن الجميع لابد أن يتزوجوا،فمن وجهة نظر آبائنا فإن العصابيين والذين لا يتمتعون بأية جمال فقط هم الذين يظلون بلا زواج، وأذكر جيداً كيف بدأ يساورني القلق والخوف من أن أحيا حياة بائسة لأني لم أكن قد تزوجت حتى سن الواحد والعشرين. أما في هذه الأيام وفي ظل جو أكثر حرية فإن الشباب يفكرون جيدا هل يتزوجون أم لا. وعديد منهم يقرر أن الزواج ليس لهم، وأمامهم اختيارات أوسع مما كانت أمامنا– ونجد من بين رجال ونساء منتصف العمر من يعيشون بمفردهم إما لأنهم لم يتزوجوا أو لأنهم حققوا أنفسهم من خلال نمط حياة مختلف. وعندما يصل المرء إلى أزمة الوجود عند منتصف العمر ويدرك أن الزمن يتسرب وأن هذه هي الفترة التي يمكنه فيها أن يكون ذاته، نجد بعض الرجال والنساء الذين قد يواجهون حقيقة أنهم يريدون أن يكونوا بمفردهم أو أن يقيموا علاقة يكون فيها الالتزام العاطفي أقل من علاقة الزواج.

وقد يرى البعض في زواجهم تصدعات ولكنهم يقررون عدم الانفصال بكل وعي وحرص، فقد تكون هناك أسباب معقولة للحلول الوسط التي نرتضيها في الحياة فالتغيير ليس دائماً دواء ناجعاً، ويشعر بعض الأزواج أن ما تعرفه بكل صعوبته قد يكون أكثر راحة من المجهول.

في واقع الأمر لا يوجد حل واحد مناسب لجميع الأزمات التي قد تواجهنا، وهو مانراه في وجهات نظر عديد من أزواج منتصف العمر الذين يعرفون أن زيجاتهم لا تتسم بالكمال، ولكن الإحساس المتبادل بالاهتمام والمسئولية لا يمكن أن يؤخذ باستخفاف خاصة وشبح التقدم في العمر يتجسد. وقد أوضحت امرأة ذلك بقولها: «اعتقد أني وزوجي استطعنا أن نجعل السلام يخيم على زواجنا، فكل منا له اهتماماته ونشاطاته الخاصة، إن مجرد الحياة معاً لمدة ثلاثين عاما، والخبرة المتراكمة بشخص آخر لابد أن تجعلك شديد الاهتمام ، فكل منكما يعرف نقاط قوة وضعف الآخر، يشعر بآلامه، يشاركه أفراحه، ومهما تعلمت ونضجت وحاولت أن تصبح أكثر إنسانية، يجب أن تواجه حقيقة أنك وانت تتقدم في العمر قد تكون بحاجة إلى من يهتم بك وتهتم به، وأنه إذا قدر لأحدنا أن يمرض أو أن يصاب بإعاقة مزمنة فإن الاهتمام المتبادل يجعلنا راغبين في المساعدة وتحمل المسئولية، وأرى أن الصحبة والاهتمام من شخص شاركته كل

حياتي ليس بالشيء الهين، وأنا أرضى ببعض الحرمان والشعور بأن أجزاء من ذاتي لم ولن تتحقق مقابل أن أدرك أن هناك من يشاركني في الكبر الذي قد يكون شيئاً مرعباً وأنا لا أريد أن أكون وحيدة» .

وبعض أنواع التغيير حتمية، فمهما ظننا أننا قد أعددنا أنفسنا، فإن فترة استقلال الابناء تتطلب تكيفاً حقيقاً، وكنت اعتقد أني معدة لذلك أكثر من أي شخص آخر، فعندي مهنتي واهتماماتي وأنشطتي، وكنت دائما ناجحة في عملي، ونعمل أنا وزوجي في نفس المجال، ويهتم كل منا دائماً بما يفعله الآخر، فهل هناك إعداد أفضل من ذلك لفراق ابنتنا؟

لكن الأمر لم يكن أبداً يسيراً، وبالرغم من أن معظم صديقاتي أيضاً سيدات عاملات مثقفات، لديهن من البصيرة والوعي ما يمكنهن من التخطيط المستقبلي للدور الجديد المتغير، فقد صدمنا جميعاً بأنه مهما كان الإعداد لهذا الموقف، فإن الأمر كان يتطلب تكيفاً كبيراً، ويحمل جيشاناً واضطراباً غير متوقع.

وما يحدث غالباً هو أن يمر الطرفان – كل على حدة– بفترة ينعى فيها ما فات، وربما يكون ذلك أكثر شيوعاً مع ذوي الاهتمامات المتعددة، يبدو أن ما يحدث يكون عبارة عن فترة من النضج على نحو منفصل يكون خلالها كلا الزوجين غير واع تماماً بما يدور.

والرجال الذين كانوا يشعرون أن الأبناء يعوقون إنجازهم في عملهم، يرون في استقلالهم الجديد فرصة للاندفاع قدما في هذا المجال، فبعد زوال الحافز في أن تقوم بدور الأب الحريص المهتم، تتناقص الرغبة في العودة إلى المنزل للغذاء، وتتناقص الفرص والدوافع للجلوس سوياً لمناقشة الخبرات غير المشتركة، ويبدأ الطرفان –بدأب– في الابتعاد فلم تعد هناك أسباب لرفض الارتباطات خارج المدينة، أو الاشتراك في مؤتمر، أو ربما الالتحاق بدورة في مجال العمل، فأنت الآن لا تترك رفيقك يتحمل مسئولية الأبناء وحده.

فأين الصحبة المتجددة التي ظننا أنها ستحدث، أين العشاء على ضوء الشموع، وأين الإجازات التي سنقضيها معاً، بل نجد بدلا منها أن الزوجين أصبحا أرهف نوماً، وقد ينفصلان في النوم بعد توافر الحجرات الخالية، ونجد مزيداً من الاستغراق في العمل وبذلك يقضيا معاً وقتاً أقل، وليس أكثر كما كانا يظنان.

عندما يترك الأبناء المنزل، يواجه الزواج لحظة صدق: هل يحمل من القوة ما يكفي لثباته دون التحجج برعاية الأبناء؟ فأثناء تنشئة الأبناء تؤجل الكثير من القضايا مؤقتاً، ويحدث ذلك حتى لمن يظنون أنهم يواجهون مشاكلهم دائماً، فيظهر على سبيل المثال الإحباط الجنسي بعد مغادرة الأبناء المنزل، فعندما كانوا صغاراً يستيقظون طلباً لكوب من الماء عدة مرات في الليل، وفي فترات مرضهم، أو أثناء الإجازات الصيفية حيث تبيت الأسرة كلها في نفس الخيمة، قد يختفي احتياج طرف للجنس أكثر من الآخر تحت ستار الطوارئ والواجبات التي يفرضها الأبناء، أما وقد ذهب الأبناء ولم يعد الطفل ينام بالحجرة المجاورة، ولايوجد أبناء بالبيت يوم الإجازة، فإن الافتقاد إلى المتعة والإشباع المتبادل يصبح مشكلة حاضرة لا يمكن تجنبها أكثر من ذلك.

في الواقع، إن منتصف العمر لا يستحضر مشاكل زوجية جديدة ولكنه يؤكد المشاكل التي كانت موجودة طوال الوقت والتي كان يتم تجنبها بالحيل البارعة كالصراع من أجل اليسر المادي وإنجاب الاطفال! وأحيانا يكون تأجيل الصراع وسيلة «يحمي» بها الزوج أو الزوجة مشاعر الشريك. وأذكر ما قالته لي سيدة

من أنها بعد أن اكتشفت أن لزوجها علاقة أخرى بعد خمسة وعشرين عاماً من الزواج اضطر زوجها إلى الاعتراف ببعض مشاعره السلبية تجاهها، وكيف كان يشعر أنها تتحكم فيه، وأن عواطفها المسرحية الزائفة قد أنهكته تماماً، وأنه كان يشعر أنه سجين اعتماديتها وتملكيتها، وقالت: «وقال إنه لم يرد أن يوذي مشاعري، فاختار هذا الاختيار الذي حطم زواجنا!»

يجب أن نتعلم أن هذه «الرقة» الزائفة التي نظهرها لبعضنا البعض وأن كبت المشاعر الحقيقية والهروب من المواجهة الجارحة تقود إلى الاغتراب وفقدان الثقة. وقد تنهي علاقة كان لها أن تنجح لو أن كلا الشريكين كان أكثر أمانة مع الآخر واكثر إفصاحاً عما بداخله. وبعد أن صرنا في منتصف العمر، لم يعد هناك وقت نبدده، فلكي تكون السنوات الباقية لنا مرضية ومحققة لآمالنا لايمكن أن نتعامل سوياً بهذا الأدب الجم.

قالت لي زوجة « اعتقد أني لم أقدر شجاعة ومرونه زوجي حق تقدير، لم يحدث أبداً أن شاركته تعاستي لعدم اظهاره مشاعره تجاهي ولم أعبر له أبدا عن امتعاضي لموقفة من عملي كمصممة للملابس، كنت دائماً أشعر أنه ينظر إليه على أنه شيء يشغلني لأبعد به عن المشاكل، قابلت رجلاً في مجال عملي لم يبد اعجابه بعملي فحسب، بل احبني وجعلني اشعر أني أجمل امرأة في العالم. كنت أظن أن زوجي سوف يقتل نفسه لو عرف، وقد عرف بالفعل إذ أنني تعمدت عدم الحرص لأني لا أتحمل الخداع، وكان لابد بعد ذلك أن أحدثه صراحة عن بعض ما كان يضايقني في زواجنا، ولكنه لم يسقط. كنت أشعر بالشفقة والعطف لشقاءه ولكني واجهته بكل صراحة وصدق كما لم أفعل أبداً من قبل، كنت أعرف أنه في النهاية سيكون قادراً على النمو والتغير والفهم— وبالفعل كان كذلك. لم يكن واهناً ضعيفاً. شعرت بأني قد أهنته لأني لم أفعل ذلك منذ سنوات مضت، إن الناس يمكن أن يتغيروا وإلا انتهى زواجهم، وإذا تواجدت المشاعر الحقيقية والاهتمام فإنهم لابد يتغيرون».

وأحيانا تصبح السنوات التي تلي مغادرة الأبناء البيت كارثة، ليس لأن الزوجين لا يستطيعا التكيف مع هذا التغيير، بل لأنهما يفتقدان إلى مصادر الشجاعة الداخلية اللازمة لكي يقوما بأدوار جديدة في علاقتهما. قالت لي صديقة بعد عودتها من رحلة لمدة اسبوعين زارت خلالها اختها وزوجها: «اعتقد أني لن اشعر بعد ذلك بالأسف لحالي لأني لم أتزوج فقد رأيت كيف تصبح بعض الزيجات أسوأ من الوحدة. لقد تحابت أختي وزوجها منذ أيام الدراسة عندما كانت أختي تلقي خطبة الوداع بالمدرسة، وكان هو كابتن فريق كرة القدم، كانا ثنائي مثالي وزوجين مثاليين. أما الآن فقد ذهب الأبناء وأصبحا وحيدين. إنهما لا يتحدثان ابداً، وأثناء إقامتى معهما لا أظن أنهما وجها كلاماً لبعضهما، يأتي الزوج إلى البيت، يأكل، يشاهد التليفزيون، لا يخرجان أبداً، ولم تعد بينهما حياة جنسية، تريد أختي أن تعمل ولكن ذلك يغضبه، وإذا اقترحت أن يستشيرا أحد مستشاري الزواج تثور ثائرته ولا يسمح لها حتى بالذهاب وحدها. لقد قالت لي أنها تتمنى فعلاً أن يرتبط بعلاقة أخرى فقد تجعله أكثر انسانية ورقة في تعامله معها، لقد فقدا التواصل بينهما كلية. إنهما يتحركان كالأحياء، ولكنهما أسيرا اليأس والكراهية والبؤس. لايمكنني أن أفهم لماذا يبقيان معاً، ولكني أعتقد أن البؤس بالحياة قد بلغ بكلاهما درجة جعلت يستوي لديهما إن ظلا متزوجين أم لا، يبدو أنه ليس لديهما النبع اللازم للتغير والنضج، كل عدتهما هي أنهما تحابا اثناء الدراسة، وهذا بالطبع لا يكفي لأن تحيا العمر كله عليه» ..

وعندما تكون العلاقة جيدة بالفعل يكون كلا الطرفين على دراية بأنهما حتماً لابد وأن يمرا بفترة من التكيف، وأحياناً يقوم طرف من الطرفين بتقديم عوناً خاصاً أثناء تلك الفترة من مفترق الطرق، قالت لي سيدة: «قبل أن يتركنا أصغر أبنائي للالتحاق بالجامعة بدأ زوجي يتصل بي تليفونياً كل فترة ويسألني إذا كنت أحب أن أقابله لنتناول الغذاء معا، أو يقول أنه يحتاج إلى تمشية قصيرة فهل يمكن أن أقابلة ونتمشى لفترة قصيرة بالحديقة، أو يحجز تذكرتين للسينما بالحفلة الصباحية ويحصل على اجازة هذا اليوم، وسأظل دائما اشعر له بالامتنان لاهتمامه وحساسيته. كان يريد أن يعينني في فترة التكيف على العش الخالي، وأن نقترب من بعضنا مرة أخرى».

ويقول زوج: «لي أربع بنات ويمكنني أن أقول أني استمتعت بدوري كأب أكثر من استمتاعي بأي شيء آخر في حياتي! وظيفتي لا بأس بها ولكنها كانت أساساً مجرد وسيلة لكسب العيش، كنت أجد متعتي الحقيقية مع أسرتي. وعندما تزوجت أصغرهن تصرفت زوجتي تصرفا ذكياً، اقنعتني بالذهاب سويا في رحلة بحرية، بعد عودتنا ألحتّ وحتى نكدت علي لكي أبدأ في أي عمل تطوعي مع الأطفال، كانت ذكية جداً، لقد ذكرتنا الرحلة البحرية بأننا مازلنا معاً، والآن أعلمّ طفلين في مدرسة بأحد الأحياء. ويذكراني أن الاطفال هم أكبر متعة وأمل نحصل عليه، وأعتقد أني تجنبت الكثير من الحزن، لأن لي زوجة ذكية ومتسلطة»!

وفي منتصف العمر وقبل استقلال الأبناء تكون المسئولية العاطفية والمالية كبيرة دائماً وقد لايتمكن الزوجين من الانفراد لمناقشة الخلافات والمقالق، ويزداد القلق على الأبناء في فترة المراهقة ويزداد الشعور بقلة الحيلة تجاههم أكثر من أي وقت آخر، لذا يكون من الصعب أن يطمئن المرء نفسه أو يطمئن الطرف الآخر بشأن المستقبل. هذا بالإ إلى قلق الزوجين وشعورهما بعدم الراحة في علاقتهما الخاصة مع وجود مراهقين بالبيت.

في السنوات الأولي للزواج لايكون من الصعب إضرام شعلة الحب من جديد، فالعاطفة تساعد الطرفين على التكيف الضروري مع المشاكل الحياتية مثل من يترك معجون الأسنان دون غطاء، ومن تزوره أمه أكثر مما ينبغي، ومن يترك ملابسه الداخلية المتسخة على أرضية الغرفة.

والزواج من شخص في منتصف العمر يكون تذكرة دائمة أنك أيضاً في منتصف العمر، قالت لي سيدة «إن التقدم في السن شيء فظيع تحت أي ظروف، والحياة قصيرة بشكل رهيب، والتعساء فقط هم الذين يريدون لها أن تنتهي، من يريد أن يكبر ويمرض ويضعف؟ وقد يصعب على المرء أن يرى نفسه يتقدم في السن ، ولكنه يرى ذلك من خلال الزوج أو الزوجة، أفهم جيداً لماذا قد يرغب رجل في منتصف العمر أن يقضي وقته مع امرأة صغيرة، أو أن تنجذب امرأة إلى شاب صغير، فأنت هنا لا تجد التذكرة الدائمة من شريك يتقدم في العمر بأنك أيضا تتقدم في العمر. واسوأ ما في الأمر أنكما تذكران ما كنتما عليه! فكلما زاد الصلع في رأس زوجي أجد نفسي ازداد حزنا، وأحن بشدة إلى الصورة التي كان عليها عندما قابلته أول مرة: الشعر المموج، الخصر النحيل والحيوية الرائعة ، كم أتوق إلى أن يعود الزمان إلى الوراء».

أما الموضوع الذي يعتبر أكبر مصدر للقلق والألم للعديد من أزواج منتصف العمر فهو موضوع الخيانة الزوجية، واعتقد أن التغير الاجتماعي السريع يظهر اثره في هذا الجانب أكثر من أي جانب آخر. وكما قالت لي امرأة: « كنت حتى عشر سنوات مضت أجزع من فكرة أنه حتى الزيجات السعيدة تواجه

هذه المشكلة. كنت أشعر في ذلك الوقت –ومازلت– أن الخيانة هي اكثر شيء تحطم السلام الذاتي وتؤدي بالمرء إلى شعور عميق بعدم الأمان. ولكني شخصياً لم أعرف أي زواج– واقسم أي زواج– لم يعترك بهذه المعركة أو يتحطم على أثرها».

قال لي طبيب نفسي ولد في فرنسا: «إن الإنسان ليس من الكائنات وحيدة الزوج، ومع زيادة متوسط العمر والتمتع بالصحة الجيدة لسنوات طويلة يكون من الجنون أن نتوقع أن يظل الإنسان مخلصاً لعلاقة حب واحدة فهذا هدف مستحيل، وغالباً مالا تسير الأمور على هذا النحو، وإذا سارت كذلك، فلابد أن يعاني الناس من اختلال في الأعصاب.»

وعلي الجانب الآخر يقول العديد من مستشاري الزواج أن الخيانة الفعلية توجد بدرجة أقل كثيراً مما نظن ، ولكن ثمة الكثير من الكلام حولها، وعلى كل فسواء كانت واقع أم خيال فهي مسألة تحظى باهتمام كبير.

واهم بعد في هذه القضية هو أننا لقننا ونحن اطفالا أنه من الممكن أن نظل في علاقة خاصة بشخص واحد، فوجدنا انفسنا نتسائل عن طبيعة هذه العلاقة الخاصة، هل بالضرورة يجب أن تكون حاجبة مانعة؟ لا أعرف شخص في منتصف العمر وجد إجابة مرضية تماماً لهذا السؤال. إننا جزء لا يتجزأ من بيئتنا ومما تعودنا عليه ومن المستحيل أن ننظر إلى هذه القضية بموضوعية. والنمط الذي يشعر به العديد من الناس هو «فكرياً وعقليا أعتقد أنه من الممكن أن تعيش علاقة حميمية حقيقية مع أكثر من شخص، وأرى ذلك يحدث، وأعرف إنه موجود، أما عاطفياً فمازلت أشعر أنه إذا كان أحد الطرفين أوكلاهما يعيش علاقة عميقة ذات معنى مع شخص آخر فإن في ذلك انتهاك خطير للحميمية الموجودة بين الزوجين».

واحياناً يكون الزوج أو الزوجة يحب شريكه بعمق، ولا يريد أن ينهي الزواج، ويشعر بالولاء والمحبة، ولكنه لا يريد التنازل عن العلاقة الأخرى. ويمكن أن يحدث ذلك لأناس يصفون انفسهم بأنهم «مؤمنن حتى النخاع بأحادية الزواج»، وقد عبرت زوجة عن هذا النمط قائلة: «لم نكن أنا زوجي في أي لحظة من قبل بمثل هذا التقارب، اكتشف علاقتي بصديقي منذ عامين، وعشنا معاناه وألم كبيرين، وحدث بيننا تواصل لم نكن لنتخيله قبل ذلك، أصبحنا نتبادل الحب بأسلوب أقل تملكا واكثر صدقا، ولم نعد نخاف بعضنا البعض، ولكني مازلت أحب صديقي وكان ذلك صدمه لي ولكنه حدث، وبالرغم من شعوري الرهيب بالذنب لأني أؤذي شخص أحبه بحق، فإن ذلك لم يقلل من حبي لصديقي. لو أن شخصا كان قد قال لي منذ خمس سنوات مضت إنه من الممكن أن تحب شخصين في نفس الوقت لقلت أن هذا جنون، واكثر من ذلك انني لو كنت اكتشفت أن زوجي يقيم علاقه لكنت قتلته! إني فعلا من المؤمنين بأحادية الزوج، لكن هذا حدث لي. إن شعوري تجاه صديقي شيء خاص وداخلي، وهو لا يمنع التزامي بزواجي. واعتقد اني أبدو مجنونة حتى وأنا احاول توضيح الموقف»!

وأحيانا يتوقف قرار أن تقيم علاقة أو لا تقيم على مدى قدرة الشريك على التغير للوفاء باحتياجات المتغيرة. قالت لي سيدة أنه لم يكن هناك دفء حقيقي في علاقتها بزوجها طوال السنوات الخمسة عشر الماضية، والآن كبر الأولاد، كانت هي وزوجها قد ابتعدا عن بعضهما أثناء تربية الأبناء، وفي الواقع أنها بعد عشرة سنوات من الزواج كانت تعرف أنها قد ارتكبت خطأ كبيراً. وتقول «اعرف أني تزوجت ممن لا

يتناسب معي عاطفيا، فزوجي بارد وانسحابي، ولايمكنه إظهار مشاعره إلا بدرجة تجاه الأبناء، فهو يهيم بهم، ولكن لم يقم أحد من الأبناء علاقة حميمة به. كان أباً متسلطاً، ولايمكنه أن يكون غير ذلك- ولكني كنت دائماً أعرف أنه يحبنا بأقصى ما يستطيع، ويعلم الله أنه عمل بكد ليريحنا جميعاً. أعرف أنه يريدني ولكن بطريقته الخاصة، قررت عدم المواجهة طوال وجود الأولاد بالمنزل، إذ لم يكن هناك بديل أفضل والإ سأتسبب في انقلاب في حياة الأبناء. إني أشعر بالأسف له فهو يحب بيته ويريد أن يبقي الحال على ما هو عليه، كان أحد أبناءنا يتعلثم فاصريت من عدة سنوات على أن يعالج نفسيا، رفض زوجي تماما أن يقابل المعالج، ولكن في أثناء علاج ابني، بدأت أرى أثر صرامة زوجي على نفسي كما أراها على الأبناء، بدأت أكبر الإمراة، أدركت أنه يجب أن تكون لي شخصيتي أكثر، وأن استغل كامل قدراتي وإلا سأذبل وأموت، بدأت أبيع خبزاً وكيك ومربيات ، فقد كنت طاهية بارعة، والعديد من المحلات تشتري مني الآن وعملي في تقدم، وأصبحت حياتي مفيدة ونشيطة أقوم بحياكة ملابسي بنفسي، واعمل في متحف للاطفال، وآخذ دروساً في إدارة الأعمال لأتمكن من إدارة أعمالي. وأشعر بالحنو على زوجي فهو شخص حزين محدود لا يتمتع بمرونة، ولو أني تركته لشعرت بذنب كبير، وهو ضد الطلاق تماما من منطلق ديني. قابلت أثناء عملي رجلاً شعرت بانجذاب نحوه وهو كذلك، كان يريد أن نتقابل في مدينة تقع بين بيتينا، أشعر أني حرمت من الدفء والتلقائية التي كان يمكن أن يمنحهما لي. هل تعتقدي أني استطيع أن أفعل ذلك وأن أستمر في زواجي؟ هل يمكنني تحمل عبء الإحساس بالذنب».

وبناء على خبرة غالبية المتزوجين فإنها لن تشعر بالراحة مهما كان قرارها. ربما كل ما يستطيعه المرء هو أن يختار أي تناقض وجداني يعيشه!

وهناك العديد من الناس في منتصف العمر يعيشون ظروفاً مماثلة ويشعرون أن شريكهم لايمكن أن يتغير. وكلما حدثتني عن زوجها كلما كنت اميّل لموافقتها على أن أي محاولة لمساعدته على أن ينمو ويتغير ليشبع بعض احتياجاتها المشروعة لن تجدي.

ويقول زوج: «أشعر أن زواجي في مجمله زواج جيد، فأنا أهتم بزوجتي للغاية، ولنا ذكرياتنا المتراكمة عن الحياة الطويلة التي عشناها معاً. ولكني كنت صغير السن حين تزوجت، ونضجت في جوانب كثيرة لم تشاركني فيها زوجتي، واهتماماتها محدودة عن اهتماماتي وظلت أسيرة الكبح الجنسي ولا تريد أن تتغير، وأنا بحاجة إلى مزيد من الحيوية والمرح والمغامرة في حياتي، واعتقد أنه هكذا تبدأ العلاقة خارج الزواج، وعندما اكتشفت زوجتي الأمر أصدرت إنذاراً نهائياً: اما أن أنهي العلاقة أو أن تتركني، لقد كان الاختيار شاقاً، وحاولت أن اتخيل الحال إذا طلقنا وأتخيل ألاّ نشترك في تجربة تزويج ابنائنا وأن نصبح جدوداً معاً إذ اني بالفعل اتطلع إلى أن نأخذ سوياً أحفادنا في اجازة. إني افتقد هذا الجانب من علاقتنا، لقد جمعتنا الأحزان والأفراح الكثيرة، أني أحبها! ولكني احتاج إلى أشياء لا تستطيع أن تمنحها لي، وأرى أن الحياة أقصر من أن ينكر على المرء أن يخرج اقصى ماعنده إلى الوجود، لو يفهم كلا الطرفان أنه يمكن أن تكون لديك علاقة زواج مركزية تتميز بالثبات، وتكون مازلت بحاجة إلى علاقات أخرى ليس لها علاقة بالزواج».

وفي بعض الحالات يحمل الزواج درجة كبيرة من الود والتفاهم تسمح له بالاستمرار رغم محدوديته ورغم البحث عن النمو والتحقق في أماكن أخرى، ونجاح ذلك يعتمد بدرجة كبيرة على تماسك ونضج الطرف الذي يقيم العلاقة الأخرى، وعلى درجة قدرته على حمل عبء الإحساس بالذنب دون اللجوء إلى

الاعتراف. وأحياناً تتحسن بالفعل علاقة زوجية في ظل تلك الظروف، فالتحقق النفسي الأكبر الذي يحدث للطرف الذي يقيم العلاقة يضيف بعداً جديداً للزواج المحدود، فنجد مزيداً من الرقة والحنان والقبول ومناخ عام من البهجة والأمل والرضا مما يكون له أثره الإيجابي على الزواج. وبالطبع فإن الخداع قد يكون خطراً يفتك بالعلاقة، ولكن ما يحدث غالبًا في مثل تلك الحالات هو أن يظل الزواج كما كان من قبل -أما إذا تحسن بدرجة كبيرة، فإن العلاقة الأخرى تتقلص بعد أن تكون قد أدت الغرض منها. ولا شك أن الأمر يحمل في طياته الألم واعتصار القلب ولكن يبدو أن النمو ينطوي دائماً على هذه العناصر، وأرى أن البحث عن أن تحيا بالكامل شيء صحي أكثر من الركون إلى اليأس وانعدام الرجاء.

ويتسم الأذى الواقع على الشريك دائماً بالتأكيد على أسوأ مخاوفة والضرب على نقاط ضعفه مما يقوي إحساس كلا الطرفين بأن الامر كارثة. كأن يتأكد لدى الزوجة النحيفة إحساسها بأنها ليست جذابة، أو يتأكد لدى الزوج إحساسه بقصره أو صلعه أو سمنته. قال لي زوج: «من الغريب أن زوجتي لم تفهم الموضوع بالضبط، إنها لاتشك أبداً في جاذبيتها فهي تعرف انها جميلة ومرغوبة، ولكن كان شعورها الفوري عندما اكتشفت أني على علاقة بسيدة أخرى أن السبب في ذلك هو انها لم تلتحق بالجامعة وأنها لا تتمتع بالذكاء بحيث تضاهيني ثقافياً. كان شيئاً عجيباً أن العلاقة التي اقمتها اظهرت إلى السطح إحساسها بنقطة ضعفها».

ويأخذ بعض الأطباء النفسيين بوجهة النظر التي تقول أن العلاقات خارج الزواج قد تكون لها قيمتها في بعض الحالات، ولكنها يجب أن تبقى سراً. ويعتقد أحد الاطباء النفسيين أن العلاقات خارج الزواج ضرورية ومرغوبة لبعض الرجال والنساء ولا يجب إدانتها، وهو لا يوصي بإقامة علاقة كجزء من العلاج، ولكنه لا يقنع من يقرر ذلك بالعدول عنها، ويرى أن البعض قد يحتاج إلى شخص من نمط معين يمكنه أن يقيم معه علاقة جنسية مختلفة ذات معنى لايمكنه تحقيقها من خلال الزواج، وبدلاً من أن يصيروا عصابيين، فإن اقامة مثل تلك العلاقة قد تدفعهم نحو مزيد من النضج والسلامة العاطفية، ويرى كذلك أنها لابد أن تبقى سراً عن الشريك وعن كل من قد يضار بها.

وهناك اتفاق عام على ما عبر عنه شخص قائلاً: «عندما تقع في الحب وانت ماتزال تحب شريك حياتك، لاتوجد هنا صيغاً مطلقة، يجب أن تتبع مشاعرك بكل أمانة وأن تتحمل التناقض والتمزق الوجداني، يجب أن (تعيش) ذلك لا أن (تفكر) فيه.»

وإذا ما اتخذ القرار «بالاعتراف» سواء بوعي أوبدون وعي، فلابد أن يمر كلا الطرفين بفترة معاناة رهيبة. وأحيانا يكون رد الفعل لدى اكتشاف الخيانة ذو عواقب وخيمة عندما يقوم الطرف الذي شعر بالجرح العميق بفعل فوري مدمر بدافع من الكبرياء الجريح وقبل التفكير فيما إذا كان هذاهو الحل المرغوب فعلاً. وعندما تكون روابط الاهتمام ماتزال قوية، ولدى الطرفين الشجاعة لمواجهة ما يتضمنه الموقف، فإن الزيجات دائما تتحسن بهذه الأزمة، ولا اذكر أى حالة من بين الحالات التي تحدثت إليها لم يقروا بذلك.

نفس الظاهرة تنطبق على علاقة الأب أو الأم بالابن، ففي الحالات التي يحيد فيها تصرف الابن – مثل تجربة المخدرات أو الفرار من المدرسة – فإن العلاقة تتحسن بنفس درجة صراحة المواجهة والتواصل الحقيقي. وقد قال أب عاش أزمة كبيرة مع ابنه: « لم نكن قبل ذلك بهذا القرب، بالرغم من أن الموضوع كان يبدو رهيباً فى وقته إلا أنه كان أفضل شيء يمكن أن يحدث- لقد عرفنا الكثير عن بعضنا البعض،

ووضع حب كل منا للآخر موضع الاختبار». ونفس الشيء بالنسبة للانقلابات الزوجية عندما تكون العلاقة مانزال سليمة في الأساس ولا يرغب أي من الطرفين في التنازل عنها بالفعل.

ومايزال كثير من الناس ينظرون إلى الخيانة كدليل على وجود حالة خطيرة من العصاب أو المرض أو على أنها لا أخلاقية صريحة وانها شيء لا يحتمل أبداً، ومن المفيد لمن يشعر على هذا النحو أن يتجنب حدوث ذلك له قبل حدوثه بفترة طويلة.

وغالبا مايرجع السبب في العلاقة العاطفية إلى اختلاف معدلات النضج بين الشريكين، لذا فمن الحكمة أن يتمتع كل طرف بالحساسية الشديدة للتغيرات التى تحدث للطرف الآخر وأن ينتبها إلى ألا يسبق طرف الطرف الآخر حتى لا تحدث بينهما فجوة حقيقية.

ولا يقدر غالبية الناس حقيقية أن معظم حالات الخيانة يكاد لا يكون لها علاقة بالجنس، بل قد يكون الجنس في العلاقة الزوجية مرضي تماماً، ولكن العلاقة الأخرى تحدث للشعور بالوحدة والاحتياج لشخص تتحدث إليه! وتدخل عوامل كثيرة أخرى في الصورة مثل القلق المادي واليأس من الحصول على وظيفة أفضل، والرغبة في أن تكون مع شخص ليس له متطلبات لا تنتهي، أو التحدث إلى شخص يهتم بعملك.

وقد يكون الجنس أيضاً من العوامل الرئيسية خاصة ونحن نعيش فترة يكثر فيها اللغو حوله وحول الحرفية التي يتم بها مما يشعرنا بالنقص والرغبة في الدفاع عن أنفسنا، قالت لي سيدة: «رغم كل ما نقوله من أننا لا نؤمن بكل هذا اللغو الذي يقال عن الجنس والأوضاع الجنسية إلا اننا نتأثر بها ، لقد أحضر زوجي كتاباً عن الأوضاع الجنسية المختلفة ..، ما هذا العته؟ أي فرق يمكن أن يضيفه الوضع الجنسي إذا كان الطرفان يستمتعان ويعبران عن مشاعرهما تجاه بعضهما البعض؟ إن المسألة ليست في (الكيفية) التي يتم بها بل فيما (يعنيه) ذلك لك».

وبدلاً من هذا الانشغال بحرفية الجنس فإنه من الأفضل أن يصرف متزوجو منتصف العمر اهتمامهم نحو أشياء أخرى مثل كيف نكون أكثر صراحة وصدقاً في مشاعرنا ، وكيف نكون أكثر حساسية لرغبات بعضنا البعض. ويرى عديد من منتصفي العمر أن روح العصر هو «المرأة الجنسية»، بما يحمل ذلك من أن الهدف هو البحث عن الجدة والتنوع، هو كلام مزعج فهم يعرفون من خبرتهم الخاصة بصورة أو بأخرى أن الألفة والمعرفة الطويلة باحتياجات ومتع الآخر ودفء الود الممتد، وعشرة العمر التي عاشا فيها الكثير معاً يمكن أن تكون أساساً للمتعة والتحقق الجنسي. وقد أوضحت زوجة ذلك قائلة: «ياإلهي، لدينا ثلاثون عاما من الممارسة! إننا نعرف الكثير عن بعضنا البعض، ربما نكون نقوم به بنفس الطريقة القديمة، ولكنني احب ذلك! إن الممارسة تطور مما يمكن أن يقدمه الطرفان لبعضهما البعض، فعندما تكون على دراية بكل جوانب نقص وضعف ومخاوف الطرف الآخر تكون ممارسة الحب ميثاقاً للحب غير المشروط، والاستسلام والانفتاح والرهافة وهي أشياء لها مردود عميق».

ومن دواعي الدهشة والعجب والابتهاج أن عديد من الأزواج رغم كل ما مروا به، ورغم الاختلاف بين الذي صاروا عليه في الخمسين عما كانوا عليه في العشرين من زيادة الوزن والتجاعيد والأصابع ذات المفاصل الملتهبة والشعر الأبيض- مايزالوا يشعرون إزاء الطرف الآخر بظمأ وابتهاج، حتى من كبروا لدرجة

أنهم صحو عشرة مثل ما كانوا عليه عندما كانوا في العشرين، نجد بينهم نوع من المشاركة الروحية والحسية حتى بعد أن تكون قد مرت خمسون عاما على ليلة الزفاف.

وعن الشعور الحتمي المتوقع بالضجر في بعض الأحيان، والشعور النافذ بافتقادنا إلى شيء ما، نجد ميلاً إلى التأكيد المفرط على أهمية التنوع في العلاقات الجنسية. وأثناء حواراتي مع عدد من المعالجين الذين يعملون مع الناس في منتصف العمر، عرفت أن معظم المرضى الذين مازالوا يحبون أزواجهم ولكنهم جالوا في مراعي أكثر حصرة، يقرون بأن العلاقة الجنسية خارج الزواج كانت أقل إشباعاً بكثير من علاقتهم الزوجية، وأن مغامرة كانت تجربة محبطة تماماً وقد عبرت مريضة عن ذلك فقالت: «يبدو أنني كنت أخشى أن يفوتني شيئاً، وأن اثبت لنفسي أني مازلت جذابة، ولكني في الحقيقة لم أصل إلى الأورجازم في أي من هذه العلاقات، وأفضل كثيراً العلاقة الجنسية مع زوجي». لابد أن هناك الكثير الذي يقال عن الألفة! وكيف أن الممارسة تؤدي إلى تحسن الأداء إن لم يكن إلى الكمال!، فالمعرفة المتزايدة بجسد الآخر، والتجريب المستمر لما يمتعه وما لايمتعه، والراحة والشعور بالأمان لممارسة الحب مع شخص تعرفه جيداً ولمدة طويلة كلها عوامل تجعل الجنس مرضياً بلا حدود. إن الجنس في سن الخمسين ليس تنفيثاً عن طاقة مكبوتة مثلما كان في المراهقة وبداية الشباب، بل إنه حنان عظيم واتحاد طويل بين أصدقاء قدامى يجمعهما الاهتمام العميق المتبادل والإحساس القوي بكونهما معاً.

ولا يعني ذلك البقاء على نفس النهج ونفس الاسلوب القديم، بل أن الخيال والابداع وروح المغامرة هي أشياء مطلوبة تماماً في إطار علاقة زوجية طويلة الأمد، ويجب أن نبذل الجهد الواعي لمحاولة إعادة الشعلة مرة ثانية بعض الوقت، وأن يقبل الطرفان واقع أنه لابد لكل علاقة أن تمر بفترات صعود وفترات هبوط. ويجب أن نعي في نفس الوقت أن بعض المحاولات المبالغ فيها لايجاد طرق جديدة للعواطف تكون مضحكة تماما وذلك مثل ما تنصح به بعض الكتب التي تتحدث عن حرفيات الجنس.

في محاولة الوصول إلى تكيف مرضي ذي معنى مع الزواج في منتصف الطريق، من المؤكد أن العديد من الأزواج يحاولون جاهدين عمل نظام قيمي جديد لهم، وأرى أن ما كتبه الأخصائي النفسي د. جيمس بوجنتال Dr James Bugenthal في مجلة علم النفس الإنساني The Jounal of Humanestic Psychology يلخص عناصر نظام أخلاقي إنساني جديد حين قال:

«إن التجسيد لمعنى اللقاء الحميمي هو اللقاء الجنسي بين رجل وامرأة يجمعهما الحب العميق، والاحترام المتبادل للذات وللآخر، والمتحرران لأن يوظفا كامل ذاتهما في لقاءهما معاً .. متحرران من الخوف، ومن الذنب (الخ) .. ويعني ذلك السمو فوق العزلة التي عادة ماتكون جزءاً من الإنسان..، السمو فوق التفرق بين العطاء والتلقي .. السمو فوق حدود الزمان والمشاكل اليوميه، ... ويدرك المحب الحكيم أن ما يشبه بقانون جريشام★ يحكم هذه التجربة، وأن المرء إما أن يحدد نظام اختياره لعلاقاته ليبقي على إمكانية السمو، أو أن يستسلم للفرص المتاحة ويرضى بالتصنع الباهت ... ولايمكن أن يجمع المرء في آن واحد بين الماجن الذي لايميز والمحب الصادق بكل كيانه .. والنظام الأخلاقي الإنساني لايشمل فكرة الحجب في العلاقات لأنه قد يصل إلى نوع من التملك .. بل ينصح بالاختيار والتمييز الذي نمارسه في عنايتنا بالمواهب

★ قانون اقتصادي يقول بأن «العملة الرديئة تطرد العملة الجيدة» (المترجمة)

النفيسة، ويعني ذلك أن الكيفما اتفق إهدار محزن، ونفس الشيء يمكن أن يقال عن الإخلاص الأعمي.»

ويحاول بعض الزيجات أن تتعامل مع واقع أن الإخلاص لمدة ثلاثين أو أربعين أو خمسين عاماً قد يكون سفاهة وشيء مستحيل في مناخ الحرية الشخصية الذي نعيشه، فيحاول البعض أن يجربا أن يقرا بأمانة وصراحة بأن الزواج هو العلاقة المركزية وأن لكل منهما أن يقيم علاقة أخرى وقتية، ويرون أن الخداع أكثر خطورة على الزواج من الخيانة، واشتملت بعض الحالات على مثالية أمينة ومحاولات صحية جادة للتكيف مع الظروف المستجدة ومحاولة تقليل الأذى الواقع على الطرف الآخر بقدر الإمكان. ويقع الخطر هنا في ناحيتين: أولاً هل يختار الطرفان هذا الاختيار بنفس الحماس؟ وثانياً: كيف يحدد الطرفان ما إذا كان هذا الحل صادر عن محاولة حقيقية لتدعيم الزواج المتصدع أم أنه مجرد قناع لإخفاء بعض الصفات الرذيلة؟

وقد قالت زوجة إنه عندما يشعر المرء بأن الزواج هو العلاقة الأساسية الدائمة يمكن ألا ينكر على الشريك حقه في القيام بتجارب أخرى. وقال لي وزير « إن الاخلاص في الزواج شيء أساسي— ولكن ذلك يعني بالنسبة لي الحب والرعاية وتحمل المسئولية وليس بالضرورة الإخلاص الجنسي» .

وتقول زوجة. «تأتي أوقات خلال الحياة معا لفترة طويلة يحتاج فيها الرجل أو المرأة إلى إشباع احتياجات لا يستطيع الطرف الآخر تحقيقها له —نوع من محاولة البحث عن مزيد من النضج ، نوع من الاختلاف في طريقة التعامل، وعموماً، فأنا وزوجي نرى أن ما حدث لكل منا منفصلاً قد عزز مشاعرنا تجاه بعضنا البعض» .

ولكن ذلك ليس هدفاً سهل المنال، بل أنه يحمل الكثير من الصراع الذي عبرت عنه زوجة حين قالت: يريد زوجي أن احبه دون أن اطبق يدي عليه، وأن أدعه «يحلق بحرية»، ويقول إن الفراشة تكون حية وجميلة عندما نمسكها بيد مفتوحة، أما إذا اطبقنا يدنا عليها فإنها تموت، والمشكلة هي أنه هو الفراشة وقد يقول أن لى نفس الحق، ولكن الأمر يختلف تماماً، فأنا لست فراشة وليس لي رغبة في التحليق. إني أحبه بجنون ولم أقابل احداً خلال سنوات زواجنا الستة والعشرين في مثل جاذبيته ولطفة» .

وقد يصل هذا المجتمع المتغير بمرونته الأكبر وفرصه الأوسع إلى نوع من المثالية الاجتماعية قادرة على تقبل كلمات جبران خليل جبران حين كتب في «النبي» عن الزواج يقول:

اجعلا في تواجدكما معا براحاً

ودعا رياح السموات تتراقص بينكما

تحابا دون أن تجعلا من الحب قيداً:

اجعلا الحب بحراً يتحرك بين شاطئي روحيكما

إن التحقق الذاتي كهدف لكل إنسان قد يملي علينا أن نتكيف التكيف اللازم لكي يكون الحب بين طرفي الزواج على درجة من النضج والحكمة والرقة والأمان والإيثار تمكننا من التسامح مع هذه العلاقات لكلا الطرفين دون الشعور بالأذى والتهديد ودون أن نضطر إلى اللجوء إلى الخداع. ويعني ذلك ضمنا أنه

في الزواج المستقر الناضج فإن ما في مصلحة طرف يكون في مصلحة الطرف الآخر، قالت لي سيدة: «أشعر بالسعادة عندما تنجذب السيدات إلى زوجي فأنا أحب أن يكوّن شعوره عن نفسه حسناً، وأسعد لأني أدرك أنه رغم العلاقات الأخرى فإنه مايزال يريدني أنا دائما وأبداً. إذا شعر بالسعادة والتحقق سيجعلني أشعر بالسعادة والتحقق أيضاً.»

ويبدو واضحا لي أننا إذا أردنا أن يستمر زواجنا وأن نستمر ايضا في النضج، يجب أن نبدأ الصراع الشاق الطويل لنتحرر من القيود التي تعلمناها ونحن صغار، إن الصراع الذي نواجهه هو أن ننمي ذاتنا المنفصلة وأن نقر بمفهوم عن الزواج لم نتعلمه، ولكن قد تكون فيه حياة أكثر تلائماً مع الزمن الذي نعيشه اليوم. أدرك أن تعلم ذلك كان صعباً للغاية عليّ وأجد أنه في كل زيجة تقريباً تكون رغبة طرف في ذلك أكبر من الطرف الآخر وقدرته على الاعتياد علية أكبر. وقد وضح لي ذلك مؤخرا حين كنت أزور صديقة في بلدة أخرى وطلبت زوجي في التليفون وتحدثنا لعدة دقائق، وبعد المكالمة قالت لي صديقتي: «لقد كنت مثل المحقق، وكان يفور دمي كلما سألته ماذا يفعل، إلى أين سيذهب، وما هي خططه، إن ذلك هو بالضبط ما يفعله معي زوجي ولا احتمله». لم اكن على دراية بما أفعله، إني أحب اهتمام زوجي بى حيثما أكون، وشغفه بمشاعري وخبراتي. إني لا أميل بطبعي إلى الخصوصية والانفصال، ولكن كما اوضحت صديقتي: «إن ذلك لا يعني بالضرورة وجود ما يجب اخفاءه، بل يتعلق بشعورنا باستقلال الذات، يجب أن يظل جزءاً منا لا يخضع للمشاركة.»

ورغم اننا نحيا في زمن يقال فيه الكثير عن الزواج وتجربة انماط جديدة للحياة، أرى أنه يجب أن أتقبل ما أنا عليه وأتقبل نوع خبراتي في الحياة، فلن يفيدني أن أجبر نفسي على التغير أو أن أكره نفسي لعدم قدرتي على التغير، يجب أن أفعل ما في وسعي لكي افهم التغير وأن افتح قلبي وعقلي وأن أدرك أني لا أعرف كيف ستكون مشاعري بعد ستة شهور من الآن أو بعد ست سنوات. لقد تعلمت أخيراً أن أعيش بلا برنامج! إن أفضل شيء هو أن نترك الحياة تتفتح وأن تسير وأن نكون على دراية بمشاعرنا بقدر الإمكان ونحن نسير قدماً. إني مازالت شخصية عاطفية، مازلت أبكي لرؤيتي لقاء أو فراق الأسرة في المطار وأجد فيها أشياء حقيقية، السعادة باللقاء، العيون الدامعة لوداع الابن أو الزوج أو الأب. ومهما كان الأمر معنا ومع الزواج، فقد خبرت بنفسي أن الابتهاج بأنك تحب يفوق ويجاوز أي تجربة مررت بها. ورغم الألم الحتمي لصراع شخصين للحياة معاً، فثمة شيء يشبه المعجزة أعجز عن وصفه وهو ما يدركه من مرّوابه دون حاجة إلى الكلام، فإذا كان الزواج شيئاً سخيفاً ومستحيلاً كما يشعر البعض، فلماذا ماتزال ثنائيات كثيرة تفضله عن باقي الأشكال ويقررون أن يستمروا في الحب –نعم في الحب– طوال حياتهم؟

ورأيي في ذلك (وهو لايؤثر كثيراً!) هو أننا نعيش في تناقض وجداني ونحمل رغبة قوية في كلا الاتجاهين، فالعلاقة الواحدة تروق لنا مثلها مثل التنوع، ونجد قيمة عاطفية في تعدد المغامرات كما نجد قيمة عاطفية في الألفة المكثفة في زواج طويل المدى. إننا – مرة أخرى– جيل حائر في منتصف الطريق بين قيم متغيرة وسلوك متغير، وليس أمامنا من اختيار إلا المرونة وقبول خبرة كل إنسان كما هي، وأن نستغلها أفضل ما يمكن من أجل مزيد من النضج وذلك على الأقل سيجنبنا الملل، وإذا واصل اثنان نضجهما الخاص فسوف يجد كل منهما في الآخر دائما شخصياً غريباً مثيراً.

وإن آجلاً أم عاجلاً يجب أن نقبل واقع التغير الحتمي الذي يحدث لزواجنا. لقد كنا غير ناضجين ولم تنضج شخصياتنا بعد عندما تزوجنا، وكنا محاطين بأوهام رومانسية، ولذا فمن الحتمي أن يتغير الزواج وألا يبقى في مكانه. إنها علاقة ديناميكية غير ساكنة يمتزج فيها العذاب والمتعة.

ومن أجمل خواص الزواج أن الشريك يمكن أن يكون أعز صديق للآخر وما احوجنا الآن للصداقة، وإذا عرّفنا الصديق بأنه الشخص الذي يحبك رغم علمه بعيوبك وضعفك، والذي يتمنى لك أفضل مما تتمناه أنت لنفسك يمكن أن يكون هذا هو الأساس الذي نحتاجه تماماً في منتصف العمر –السماح بأن تواصل سعيك وراء هويتك الشخصية.

عندما كنت أنا وزوجي نتبادل العزام، كنت نافذة الصبر لأن يصدر عنه تصريح بالنوايا. كان من جانبي حباً من النظرة الثانية، وكان ذلك اثناء الحرب العالمية الثانية وكنت أتوق بشدة إلى الحصول على التعهد الذي أريده، لم أستطع تحمل مزيد من الانتظار فسألته عن شعور تجاه علاقتنا وماذا تعني له وإلى أين تتجه؟ سألته هذا السؤال الاستفزازي في محطة قطار ببلدة يعمل بها في الجيش، وكنت على وشك الصعود إلى قطار مزدحم بالمجندين للعودة، وبينما كنت اندفع نحو رصيف القطار صاح قائلاً: «إنها صداقة ذات احتمالات»! شعرت أنني قد سحقت بالمعنى الحرفي و المجازي وقضيت ست ساعات بائسة على حقيبتي في ممر قطار مكدس، لقد اخطأت فهم ما يعنيه تماماً إذ لم تمض ستة أشهر، إلا وكنا قد تزوجنا، وما تعلمته في السنوات التالية أنه كان يتحدث عن الزواج وأنه كان محقا تماما. إنها بالتأكيد صداقة ذات احتمالات، وفي هذا الكثير، والكافي.



الفصل السابع

عبء الأقنعةالتي نتعامل بها

قضيت أنا وزوجي يوما مع بعض الأصدقاء في مزرعتهم في بنسلفانيا، لم نكن قد التقينا منذ سنوات طويلة، كان يوما جميلاً، اعطونا بعض الخضروات من حديقتهم الخصيبة، وتناولنا غذاءً شهياً، واعتلينا الربوة التي تشرف على مزرعتهم لنشاهد جمالها من عليّ، تحدثنا في موضوعات شتى كالعمل، وحياة المدينة التى تزداد فظاعة، وعن كيف أنهم استطاعوا التكيف مع الحياة في الريف، ولكن لم يتطرق أحدنا للسبب الرئيسي الذي أدى بهم إلى الانتقال للحياة هناك، وهو رعاية ابنتهم المعاقة ذهنياً والتى يصعب التعامل معها في شقة بالمدينة إذا أنها تزداد قلقاً وتدميراً كلما تقدمت في السن.

وذات مساء منذ عدة سنوات، ذهبنا إلى المسرح مع زوجين من اصدقائنا، وضحكنا معاً أثناء تناول العشاء، وتبادلنا أطراف الحديث بين الفصول، وتوادعنا ونحن نقول أنه من المؤسف أننا لا نجتمع كثيراً، ولكن ليس قبل ما يربو على العام أن استطاعا أن يخبرانا بما كانا يقاسيانه ذاك المساء إذ كان ابنهما قد القي القبض عليه لاحرازه الماريجوانا وقضي يوما وليلة في الحبس، وكانا في انتظار تحديد موعداً لمحاكمته.

في الحالة الأولي – حالة أصدقائنا الذين يقيمون بالريف– كانت السنوات قد أبعدتنا فلم يرد أي منا أن يعكر صفوا اليوم باحزان الماضي. أما في الحالة الثانية ، فإنه حتى الصداقة الوثيقة قد لا تجدي إلا بعد أن يجد المرء فترة يتعامل فيها منفرداً مع قلقه وآلامه.

ادركت كما لم ادرك من قبل من خلال اللقاءات التى أجريتها مع أناس في منتصف العمر لكي يتحدثوا صراحة عن تجربتهم بهده الفترة من العمر كيف أن حياة كل انسان مثقلة بالمعاناة والألم ، وأنه ما أقل ما نعرفه عن بعضنا البعض! وما أسهل ان نحسد من نظن أن حياتهم تخلو من العذاب.

إن أثقل الأعباء التى نحملها معنا إلى منتصف العمر هو عبء الأقنعة التي نرتديها، إن كلاً منا بدرجة ما يعيش في جزيرة، ونكرس الوقت والجهد العظيم للحفاظ على المظهر والتأكيد على الواجهة الحسنه، وعلى أن «كل شيء على مايرام» ، في الوقت الذي يبكي كل منا عندما يخلو إلى نفسه. قالت لي سيدة: «في الساعة الثامنة صباح الكريسماس كنت وزوجي نناقش الطلاق بعد زواج دام اثنين وعشرين عاما، وفي الثامنة والنصف كنت اقف بجوار النافذة أتمنى أن تواتيني الشجاعة لكي أقفز منها، وفي الظهر كنا في منزل والدي ندعي المرح مع الأولاد و العمات والخالات والأقارب – ولانظهر شيئاً» .

كان الناس، ونحن اطفال، يحتفظون بمشاكلهم (ومسراتهم!) لأنفسهم إذ كان لايجب أن «ننشر غسيلنا القذر على الناس» وبالطبع لم يعهد إلى الأطفال بوقائع الحياة المريرة.

إننا نشعر بوطأة التكتم الشديد ولا نريد التضحية بالخصوصية مقابل الراحة في أن يشاركنا أحد أحزاننا. والعبء الأكبر هو أننا بالرغم من إدراكنا لآلامنا وآلام القريبين منا، مانزال في مكان ما داخلنا– لانصدق الطبيعة المريرة للحياة، ومازلنا نؤمن بالسحر والحكايات الخرافية، وبانتصار الخير علي الشر، وبالكون العادل المنظم، فقد قيل لنا ونحن صغار حساسون إن مثل تلك الاشياء ممكنة، وواقع أن ذلك لم يكن حقيقيا لم يمح تلك الرغبة الطفولية الداخلية في ألا نعرف.

أما ابناؤنا فهم على العكس منا، فقد لعبنا دوراً في اتجاه ميلهم إلى السخرية من العالم، كما لعب آباؤنا دوراً في أوهامنا الرومانسية. وعندما أنظر إلى الوراء أجد أن صفة الصدق حظيت باهتمام بالغ في تربيتي لا بنتي، لم أكن قد ادركت بصورة كافية آثار الحماية الزائدة عليّ، وكنت انظر إلى الصدق كجزء من محيط علاجي نفسي يمكن للطفل من خلاله أن يفهم مشاعره الخاصة المعقدة طالما أن مشاعر الآخرين تناقش أمامه صراحة. وكنت أرى انه لو قلنا لابنتي «الحقيقة» الخاصة بأحوال الانسانية فسيمكنها قبول واقع أنها غير معصومة من الخطأ، وأنه لا داعي لإدانة الذات والشعور المعطل بالذنب.

عندما كنا نعلم أن بعض الأصدقاء المقربين يمرون بمشاكل زوجية، كنا نناقش ذلك صراحةامام ابنتا حتى وهي لم تتعدى السابعة أو الثامنة، سمعت عديداً من المناقشات التي كنا نحلل فيها «الشعور الحقيقي» للبشر الكامن تحت الأدب السطحي أو السعادة البادية. ورغم اننا حاولنا تجنيبها عن صراعاتنا وأزماتنا الشخصية الكبيرة إلا أننا لم نّدع ابداً اننا سعداء على طول الخط، والشيء الذي حاولنا توضيحه هو انها إذا رأتني ابكي أو رأت والدها حزين ومنزوى فلتعلم أن الأمر لاعلاقة له بها وأنها مشاكل الكبار.

ولابد أن كثيراً من الآباء قد فعلوا نفس الشيء لأني أري أن أبناءنا غير مكبلين بالأوهام التي حملناها نحن، بل اعتقد أحيانا اننا قد تجاوزنا الحدود وأنهم يعرفون اكثر مما ينبغي!

في البرنامج التليفزيوني الذي أقدمه «كيف ينمو ء أولادكم» كنا نسأل عدداً كبيراً من الأبناء الذين يبلغون العقد الثاني من العمر أن يعبروا عن آرائهم في عدة موضوعات، وكان الرد العام تقريبا الذي أذهلنا وأربكنا هو أنهم كانوا لا يريدون أن تكون حياتهم مثل حياة آبائهم، ورغم مالزوال الوهم من مخاطر، إلا أن أولادنا يعانون اقل منا من صعوبة أن تكون إنساناً، فهم يسلمون بأن جميع البشر يشعرون أحيانا بالضعف والخوف والغيرة والغضب والأنانية، ويعيشون بكلا جانبي التجربة الانسانية براحة تفوق كثيرا ما كنا نشعر به.

ومازالت، مهما قاومت ذلك، ومهما عرفت من خبرتي الشخصية، كلما رأيت اثنين يقبلان بعضهما قبلة الوداع في إحدى المطارات أو شاهدت رجلاً وامرأة مسنين يسيران في حديقة الحيوانات ممسكين بأيديهما، أو رأيت الأغنياء الواثقين الذين يرتدون الملابس الفاخرة في دور الأوبرا، أجد نفسي اقول «هؤلاء هم المحظوظون». وجزء من رفع عبء اقنعتنا هو أن نواجه أنفسنا بحقيقة أنه من الحمق أن نعتقد أنه يمكننا أن نتجاوز كل ما يعني أننا بشر، وأن من يستطيعون ذلك هم فقط من ماتوا من داخلهم حتي أنهم لا يشعرون سواء بالألم أو السرور. لقد كان التعبير عن مشاعرنا الحقيقية يعتبر نوعاً من النقص في تركيبنا. وكأن من الخطأ والعار أن نصرخ غضباً أو نرتجف خوفاً، أو نبكي وكانت تلك المشاعر لابد أن تقمع وأن نتخلص منها، وكان الناس ينظرون إلى الشعور الشديد بالعداء أو الألم كجوانب غير مرغوب فيها من الحياة، بينما هي في حقيقة الأمر أساسية للتجربة الانسانية الكاملة.

عندما كنت أشرف على معلمات الحضانة كان الشيء الذي يصعب عليهم تقبله هو إصراري على السماح للطفل بأن يعيش حزنه الخاص، ففي الاسابيع الأولي من الدراسة عندما يمر الأطفال بمشاكل الانفصال الطبيعية كنت أحيانا أذهب إلي طفلة واقول لها «أعرف كم انت حزينة لأن أمك قد تركتك هنا لبعض الوقت، قد تكوني بحاجة إلي البكاء لفترة قصيرة، تعالي اجلس على حجري» كانت المعلمات يشعرن بالفزع ويرين أني أبث أفكاراً في عقل الطفلة، وبدلاً من أن أجعلها تشعر بالسعادة فإني أزيد من مشاكلها. كانوا يميلون إلي قول «انت في أحسن حال، انظرى إلي كل هذه اللعب التى يمكنك أن تلعبي بها، ما رأيك في أن تجلسى بجوار زميلتك وأن ترسمي صورة» وهذا هروب وانكار للألم الطبيعي الذي يحدث عند الافتراق الرئيسي الأول. وكان هذا هو الأسلوب المتبع دائما والذي أنتج اناس مثلنا لايعرفون كيف يتعاملون مع آلامهم. وبعد فترة بدأت المعلمات تري أن الأطفال الذين سمح لهم بأن يعيشوا مشاعرهم الحقيقية بكل جوانبها استطاعوا أن يتجاوزوها أسهل من غيرهم وأن يستمتعوا بأنفسهم.

وإن كان إخفاء المشاعر عن الآخرين هو عبء أساسي واضح، فإن المشكلة الأعمق هي اننا نخفي مشاعرنا عن انفسنا. ونحن بحاجة إلي النظر في كلا الأمرين لما لهما من أثر كبير على ما نفعله أو لا نفعله في منتصف عمرنا.

ونادرا ما نجد مشاركة حقيقية للمشاعر بين مجموعات كبيرة من البشر، حتي في الجنازات يكون الهدف هو إظهار أقل ما يمكن من المشاعر بقدر المستطاع. ومن بين المواقف التي حدثت فيها مشاركة جماعية غير عادية للمشاعر كان يوم اغتيال الرئيس كنيدي، كانت الصدمة رهيبة حتي أن الناس بكوا بكاء صريحاً، وتحدث الغرباء إلي بعضهم في الشوارع، واذكر انه في تلك الفترة كنت تشعر بأنك آمن في شوارع نيويورك، وأنه– نتيجة لهذه المشاركة الصادقة– تواصل الناس تواصلاً حقيقيّاً، وكان ذلك جميلاً.

وكانت كذلك ليلة «الظلام الرهيب» من بين تلك الأوقات التي شعر فيها الناس بالخوف معاً، والضحك معاً، واشتركوا في إحساسهم بالفزع، كان ثمة احساس بالصحبة في مدينة لا يكاد يشعر فيها الإنسان بوجود الآخر. إن وجه الحياة قد يتغير بالمعني العميق إذا فقط تغيرت قدرتنا على مشاركة مشاعرنا الإنسانية.

ولكل منا وسائله الخاصة في تخفيف عبء هذه الأقنعة، وأقل تلك الوسائل نجاحاً على المدي البعيد هو الإنكار الذي قد نلجأ إليه لبعض الوقت، وعندما لا يجدي فإننا قد نتوجه إلى صديق عزيز أو قريب بحثاً عن الراحة والعون. والوسيلة المقابلة لذلك هي إلقاء كل ما في الجوف في كل مكان، وهذا أيضا لا يجدي بل أنه قد يسبب دماراً خطيراً، وإن كنا في بعض الأحيان لانتمالك أنفسنا بسبب عدم ادركنا ماذا نصنع بمشاعرنا، ونعاني بعدها من الهواجس والانزعاج.

لقد وجدت أني أتغير وأنمو .. وأتراجع ثم أنمو ثانية بسرعة وبلا نظام حتي إني إذا أفرغت ما في قلبي في يوم فإني قد أندم على ذلك ندما كبيرا بعد يوم أو يومين عندما أصل إلى رؤية أفضل للمشكلة، ولا أريد أن يعرف مزيد من الناس ماذا أفعل بحياتي. في بعض الأحيان نقع تحت ضغوط لانتمالك معها انفسنا فنفرغ ما في جوفنا في الوقت الخطأ وأحيانا إلي الشخص الخطأ، ولكني وجدت أنني لن أقلل من تعرضي لذلك إذا حاولت بوعي أن أنتقي من أتحدث إليه، وقد يكون السؤال التالي مفيداً:

مَنْ مِنْ الأصدقاء مر بتجربة نمو موازية؟ ففي بعض الأحيان يتغير الأصدقاء في اتجاهات مختلفة حتي أنهم يصبحون غرباء تماماً رغم سنوات الصداقة الطويلة، وأحيانا يسير نموهم في اتجاه مماثل حتى إنهم يجدون أن بوسعهم توفير الدعم العاطفي والراحة والتفاهم التام لبعضهم البعض.ويجب أن نكون على دراية بالهدف من الحديث إلى شخص، هل نريد الثرثرة حول موضوع مشاكلنا؟ أو هل نريد أن نشعر أننا ضحايا مساكين لغدر الآخرين؟ أو هل نريد أن نجري إلى أمنا لتقبل لنا جراحنا؟ إذا كنا فعلاً نريد النصح والمشورة بالإضافة إلى إزالة العبء من فوق صدورنا فيجب أن نتوخي الحرص في اختيار من نخبره بمشاكلنا.

كانت لي صديقة تعمل في مجال الخدمة الاجتماعية وكانت إنسانة ذات حكمة وفطنة، كنت ألجأ إليها وابنتي صغيرة عندما كنت أشعر بالأسف على حالى للمشاكل التي أمر بها معها، كنت أصب معها كل شكواي وأنا أتمرغ في الشفقة على ذاتي، كانت تصغي، وتتعاطف معي للغاية.. ثم يبدأ السلخ! وأتلقى محاضرة لاذعة عن نفسي، أو توضح لي كيف يري زوجي وابنتي بعض أقوالي وافعالى. كانت محبة ولكنها عنيفة، وكنت أقوم معها بنفس الدور، كان كل منا قادراً على كشف مشاعره للآخر دون خوف- ولكن الجانب الأهم من علاقتنا كان هو القدرة على إعطاء منظور جديد هام وسليم نتعامل من خلاله مع مشاكلنا.

إن اختيارنا لمن نتحدث إليه عن مشاكلنا يكشف في حد ذاته عما نريد أن نفعله بها، قالت لي سيدة: «أدركت أني لم اكن اريد حلاً لمشاكلى عندما رأيت أنني كنت اتوجه إلى مَنْ يشعرون بالأسف لي وحسب ويوافقونني في مشاعري الجريحة، وذات يوم، بالصدفة تحدثت مع ابنة اختي، كانت متعاطفة وناقدة في نفس الوقت، واعطتني بعداً مختلفاً تماماً من موقع جيلها. ادركت فيما بعد أني لن أقدر على حل مشاكلي إلا حين ألجأ إلى من أعرف انه لن يبدي تعاطفه معي وحسب».

اننا نكشف عن انفسنا بدرجة كبيرة من خلال اختيارنا لعلاقاتنا الحميمة. فقد تُحدِّث سيدة أختها وأخيها وجيرانها وثلاثين «صديق حميم» عن تفاصيل ضعف زوجها جنسياً، وقد يشكو رجل إلى أمه من سوء طهي زوجته واهمالها في شئون البيت، أو قد تتكتم زوجة أن زوجها أصبح مدمنا للخمر. اننا نتعلم الكثير عن انفسنا وعما نريد ان نفعله مع مشاكلنا من خلال اختيارنا لمن نحملها أو لانحملها إليهم، فقد يكون ما نبحث عنه هو تقوية الاحساس بالشفقة على الذات، أو رد الأذي إلى شخص ما باطلاع الآخرين على ما لايريد اطلاعهم عليه، وأهم من كل ذلك ان الامر قد يكون تجنبا لمواجهة مسئوليتنا عن مشاكلنا وإلقاء اللوم على الآخرين، أو - عندما يتكتم المرء مشكلة خطيرة يمر بها- فإنه قد يكون بشكل غير واع غير راغب في التخلص منها..

وتحديد ما نفصح ومالا نفصح عنه يختلف كثيراً باختلاف الاجيال وطرق التربية، ومازلت أرى في «الخصوصية» سلعة نفسية، ولكني أحاول أن أوضح كيف أصون كامل حقي في ألا اشارك كل فرد كل شيء، وأن أكون في نفس الوقت على دراية بثمن وحماقة أن أبني أسوارا دفاعية أفقد بها التواصل مع الآخرين ومع ذاتي.

أنها مشكلة صعبة لمن روعهم الكشف الكامل للذات في كتاب مثل «شكاوي بورتنوي» على سبيل المثال. إن من يطلع الآخرين على كل شيء يفعل معهم نفس هذا الشيء الكريه. وأتعجب بنفس الدرجة

عندما أري غرباء تماما يفضون إلي بعضهم بأشياء أراها من صميم الحميمية، ويكشفون عن مشاعرهم العميقة في اجازة آخر الاسبوع. أنا لا أستطيع أن أكشف «ذاتي الحقيقية» لأناس لم أقابلهم من قبل، وأحب أن تكون لي خصوصيتي وأن اختار بعناية من أخبره ماذا - أنا لا اؤمن بالادراك اللحظي والحقيقية اللحظية والمشاعر الحقيقية اللحظية، فالحياة أعقد كثيرا من ذلك.

انني لا أؤمن برفع القناع كلية، ولا أجد راحة مع من يظنون أن الصدق مع النفس ومع الآخرين أنما يعني اطلاع العالم كله على تفاصيل مشاعرهم وتجاربهم.

قرأت منذ فترة وجيزة السيرة الذاتية لرجل اعرفه، كان يصف كيف انه تغير بعد خضوعه للعلاج النفسي. ولكنني لم أكن بحاجة لمعرفة عدد الفتيات اللاتي ضاجعهن وكيف أن إحداهن نقلت إليه مرض الزهري لكي أعرف جوهره كانسان. أعرف أن كل كاتب يكشف الكثير من ذاته فيما يكتبه، لكني أرى أن الخيال الأدبي يقوم على الغموض، وهو قد يستخدم كامل التجربة الانسانية دونما حاجة إلى تحديد مصدر الفهم. إن كشف الذات حتمي- بل وضروري للتجربة الخلاقة- ولكن مثل تلك التفاصيل تجعل العمل ليس قصة لتجربة إنسانية بل «الاعترافات الكاملة» لشخص ما.

اعتقد أن ما يجري اليوم هو محاولة لإيجاد نوع من التوازن بين نفاق الماضي وأوهامه حيث كان الناس يبقون على الأقنعة طوال الوقت، وبين الاتجاه الحالي نحو الكشف الكامل للذات. إن الخصوصية بالنسبة لي جزء لا يتجزأ من الشعور بالراحة مع ذاتي، ومن أن تكون لي هويتي الخاصة المتفردة، وهي ليست أبدا خصوصية (عن) ذاتي، وهذا هو بيت القصيد. إن الشعور بالعبء يتلاشي بدرجة كبيرة عندما يتحمل المرء أن يكشف ذاته إلى ذاته، وليس على العالم أن يعرف تفاصيل مشاكلي وآلامي، وإلا فقدت الاحساس بالذات بل وأعتقد أننا بذلك نصبح نصف ما نحن عليه بالفعل إذ أن المرء لا يعري إلا كل آلام التجربة التي يعيشها، أما النواحي الايجابية فيتم تركها أو التعتيم عليها. إن الصورة الحقيقية للحياة لا يعبر عنها هذا الألم المرير مثلما لم يكن يعبر عنها نفاق الماضي الذي جعلنا نحيا فيما يشبه الحواديت الخرافية. «كل الآباء يحبون اولادهم، والناس يتزوجون ويعيشون في تبات ونبات».

نشر منذ فترة وجيزة حديث مع زوجين شهيرين وهما بالصدفة اصدقاء لنا، وياله من حياه مثالية تلك التي وصفها كاتب المقال! ما هذا التعاون وهذه الحياة الثرية: الزواج النموذجي، أناس جميلة تحيا حياة بديعة. ولكنني اعرف آلامهما، ومعاناتهما، واعرف صراعهما الشجاع الرائع من أجل النمو، والتغير، ومن أجل أن يكونا اكثر صدقا مع بعضهما البعض، ومن أجل إيجاد الذات على مستوي أكثر عمقاً. إن الواقع الذي يعيشانه أجمل كثيراً من هذه القصة المثالية، فهو مليء بالانسانية الحارقة، ولكني آخر من يقول لهما أن يكشفا الحقيقة مثلما أنا آخر من يخوض في التفاصيل الصريحة لحياتي الخاصة. ولكني شعرت بالأسف للقراء، هؤلاء الآلاف الذين يقرأون تلك الروايات ويصدقون في امكانية وجود «سعادة مثالية». لقد ادركنا الآن أن الافلام والكتب التي نشأنا عليها لم تطلعنا على حقيقة الحياة، إن المرء يميل إلى تصدق ما يقرأه في الصحف والمجلات، ولكننا يجب ألا نصدقها! يجب أن نحتفظ برعويتنا وألا نسمح بأن يصيبنا الاكتئاب من جراء فكرة مثل «لقد استطاعوا تحقيق ذلك، وتغلبوا على الجزء المأساوي من الحياة، فلماذا لا نستطيع نحن» ؟ لا ينجو أحد بسهولة من هذا التفكير، ولكننا يجب أن نعلم انه هدف مستحيل إذ أن وجهي الحياة ضروريان وحقيقيان بنفس الدرجة.

ومثلما أنزعج ممن يخبرني عن تلك الأسر الجميلة التي يكون جميع افرادها علي وئام طول الوقت، انزعج بنفس الدرجة من المعالج النفسي الذي يظن انه يحرز تقدما مع مرضاه عندما يجعلهم يصرخون غاضبين، ويري أنهم بذلك يعبرون عن مشاعرهم «الحقيقية»، ففي كلتا الحالتين يتم تجاهل نصف الجانب الإنساني.

وهناك الكثير الذي يمكن أن يقال عن كرامة الخصوصية الا أني أري اننا يمكن أن نتغلب على بعض الدفاعات التى كوناها والتي تخلو من أي معني بل تنهكنا وتؤدي بنا إلى نوع من الخداع في علاقاتنا بالآخرين. اننا عندما نحافظ على «الواجهة الجيدة» طوال الوقت ينتهي بنا الأمر إلى الكذب على أنفسنا مثلما نكذب على الآخرين.

وتعتبر أيام المناسبات مثالاً جيداً على ذلك، لقد دهشت عندما اخبرتنى طبيبة نفسية بأنها تجد متاعب اكثر مع مرضي الاكتئاب في عيد الميلاد وعيد الأم مثلاً اكثر من باقي أيام العام، وأوضحت قائلة أنه في تلك المناسبات يبني الناس خيالات وأوهام عما (يجب) أن تكون عليه الحياة، وحينما يضن عليهم الواقع بتحقيق تلك الأحلام يصيبهم الاكتئاب وتقول: «إن هذه المناسبات تكثف الإحساس (بالمفروض) في حياتنا، المفروض أن يكون الناس طيبين و متحابين، والمفروض أن يستمتع الآباء باللعب مع الأبناء، والمفروض أن يغشي على الأبناء من نشوة الفرح بالهدايا التي تقدم لهم. ويبدو أن عيد الأم يوقظ أسوأ «المفروض» كله! فمجرد وجوده في حياتنا يوحي بأن الأمهات «المفروض» أن تكنّ افضل من باقي البشر، وأن ابناءهم وازواجهم «المفروض» أن يعاملونهن كأبطال فوق الحياة.

ونجد مثل هذا الخذلان الكريه لأن بصرنا قد كف عن رءوية بشريتنا ومحدوديتنا. لقد خُدعنا بوهم أن الحياة كلها طرب ومرح. قد تصبح تجمعات الأسرة والاحتفال بالاعياد افضل إذا ماراجعنا انفسنا وألقينا بكل ذلك «المفروض». فجميل أن تكون مع من تحبهم، ولكن هذا لا يعني ألا تغضب أو تكون شرساً بسبب الضجيج والفوضي الحادثين، وعظيم أن يزور الأحفاد أجدادهم ولكنهم قد يسببون لهم الجنون إذا طالت الزيارة، وجميل أن نسعد معا ولكن ذلك لا يعني أن التوتر العادي الطبيعي الذي لابد من وجوده أينما تقارب الناس سوف يتبخر في الهواء، بل لابد أن تشعر النبت العادية بالغيرة من ابنة عمها الرائعة، ولاتوجد أم جديرة بأمومتها يمكن أن تري أن زوجة ابنها ترعاه حق رعاية، وأبناء العم الذين كانوا يتنافسون على الفوز في كرة القدم بالمدرسة الثانوية، يتنافسون الآن بشكل غير صريح على من منهم في شريحة ضريبية أعلي. إن كل الإهانات القديمة، والجروح القديمة والغيرة القديمة ومالم يغلق ملفه منذ أيام الطفولة، وسوء التفاهم والتواصل المفقود –كل تلك المشاعر تكون معنا ونحن جالسون للاحتفال معا بعيد الميلاد، ولكنها تنحي جانباً، واحيانا نجد أن مجرد السعي وراء الصحبة الجيدة يعمل على تحييد الجروح القديمة. ولكن ليس من المفيد أبداً أن تنكر وجود عدم الكمال البشري والمشاكل الإنسانية العادية. يمكننا أن نقضي وقتا رائعا إذا اقرينا بالواقع، وإذا عرفنا أن اليوم قد يكون مسبباً للصداع رغم جمال أننا معا. سنجد المرح الخالص، والتفكة الناضج، والعواطف الحقيقية إذا ما أقرينا بعدم وجود أسر الحواديت الخيالية. لايوجد مكان على وجه الأرض فيه السلام والحب والخير في صورة نقاء أزلي.

اننا بشر: نحب ونهتم، نتقلب ونتعب، تريد أن نكون على مقربة ممن نحبهم، ونحتاج أيضا أن نخلو إلى أنفسنا، قد نشعر بدفء وبهجة ذكرى الاحتفال بعيد الميلاد ولكن كان هناك أيضا عجلة

السيارة التي ثقبت وعطلتنا وكان هناك شعور الابن بالاحباط لأنه كان يتوقع هدية أفضل من السيارة النقل، والطفلة التي بللت ملابسها أمام شجرة الكريسماس، والمشاعر الجريحة للجدة لأن التعاسة المربكة للمراهقة منعت حفيدها من تقبيلها بنفس حماسه السابق.

إن احتمالات حدوث الإحباط والاكتئاب تقل إذا لم نتوقع الكثير في المقام الأول، بل عادة ما نحصل علي الأكثر عندمانتوقع الأقل. قالت لي أم: «كنت أتوقع أن يوم عيد الشكر سيكون كارثة– وأنه سيكون مشحوناً بالتوتر المستتر، ولكن حدث أظرف شيء يمكن أن يحدث، إذ بدأ بعض الأولاد يغنون حول البيانو ثم انضم إليهم الجميع وأمضينا أمسية موسيقية رائعة». إن افضل شيء هو السعادة غير المتوقعة –وليس تلك التي نحاول أن نقتنصها أو نتطلبها من الحياة.

وتقدم لنا روح الدعابة عوناً كبيراً على التحمل، وفيما يلي مقتطف من خطاب تلقيته من صديقة لي بعد الاحتفال بالكريسماس.

«جاء الأولاد وذهبوا لقضاء ما يسمي بالعيد، كنا نخطط لأن نمرح رغم إعلان الابن أنه سيترك المدرسة، وكشف الابنه أنها تحب استاذ ياباني متزوج وله ابنين! حسبيت للجميع صلصلة البيض والديك الرومي، وكل ما تركوه لي كان عبارة عن عدد من الفواتير ومجموعة من اعقاب عديمة الفائدة من الشموع الخضراء والحمراء، ورجل الديك الرومي التي لم تتعفن بعد لكي أرميها، وخطابات من البنات بها ملاحظات مرحة مثل: «آسفة لقد نسيت فردة من حذاء التزحلق» أو «ممكن تعملي حسابي المرة الجاية» وعزائي أنه لا يوجد سوي كريسماس واحد نحتفل به».

انها أم تحب عائلتها وقد ربت ثلاثة من الأبناء الذين أصبحوا أناساً رائعين للغاية وقد تمكنت برؤيتها التي تشتمل علي روح الدعابة من ألا تعاني من اكتئاب ما بعد الاجازات.

أعرف جدة لطيفة ورقيقة للغاية تومض بالبهجة والحب وهي تستعد ليوم الاجازة، تخبز وتتسوق وتلف الهدايا. قالت لي ذات مرة قبيل الكريسماس. «ما أروع ان ننتظر اجازة الكريسماس وزيارة كل العائلة» ثم همست في إذني قائلة: «وما اروع اليوم الذي يرحلون فيه أيضا» !».

إن الأقنعة تكون أوضح ما يمكن في خطابات الكريسماس التي يرسلها البعض! واعترف أني أراها فظيعة (وهئنذا أرفع أحد اقنعتي)، إني أجد فيها كل قائمة الأشياء التي تثيرني مثل: «أن أكبر حدث هذا العام هو أن ابنتي وزوجها قد انجبا طفلة عزيزة في فبراير الماضي، وهي تبلغ الآن حوالي العام والكل مبتهج لشخصيتها المرحة وجمالها الآخاذ وذهنها المتقد– أن زوج ابنتي سينتهي هذا العام من كلية الحقوق وابنتي مازالت فنانة صغيرة مكافحة».

وخلف تلك الأخبار الطروب توجد الحقائق التالية: عاشت الابنة مع صديقها لعدة سنوات وكانت تتوق لأن يتزوجا ولكنه يقسم أن الزواج ليس له، انفصلا، وأصيبت باكتئاب شديد مما استلزم دخولها المستشفي، ووجد صديقها أنه يفتقدها بشدة فتصالحا، وحملت الابنة في هذه الفترة، وتزوجا أخيراً عندما كانت في الشهر الخامس من الحمل. كانت الطفلة التي انجباها طفلة متغصّة سببت لأمها إرهاقاً وقلقاً وإحباطا شديداً، ذهبت الجدة لزيارة ابنتها ورأت انه لابد أن الطفلة بها شيء ما إذ إنها تعاني بعد كل وجبه

وتُرجّع كثيرا. وشعرت الجدة بالقلق لأن ابنتها كانت تترك الطفلة مع جليسة للاطفال لفترات طويلة وتهرب من مشاكلها بأن تعمل موديلاً لرسام تعرفه، وشعرت الجدة بالقلق ايضا أن تتطور هذه العلاقة عاطفياً، وخشيت أن تترك ابنتها زوجها والطفلة ، فتحدثت إلى ابنتها كثيرا واقنعتها أخيرا بأن تخضع هي وزوجها للعلاج النفسي وانها ستتكفل بالنفقات. وهكذا تحسنت الأمور خاصة وأن الطفلة قد شفيت من مشاكلها الصحية.

ولا يعني ذلك أن الخطاب يكذب، فكل ما جاء فيه جميل وحقيقي، ولكنه نصف الحقيقة، واعتقد أن تلك الخطابات لا تسريّ عن القارئ بل تحبطه لأنه يتصور انها الحقيقة الكاملة. وأري أن تلك الخطابات تمثل اسوأ— وليس افضل– مافينا، فهي ترمز إلى نوع من الانكار المضلل المؤذى لكل من المرسل والمستقبل، إن الاصدقاء الحقيقين يمكن يتقاسموا حلو الحياة ومرها، أما المعارف فلا يجنون شيئا من هذا الاعلان الملئ بنشوة الفرح، انها رسائل محبطة لأنها تنكر الإنسانية الخالصة.

واحيانا تسقط الاقنعة حتي اثناء التأكيد على أن كل شيء على مايرام، مثل خطاب الكريسماس الذي يقص في صفحتين عن انجازات الابن الأكبر من حصوله على الدكتوراه إلى خطيبته التي تعبده، وخطته لقضاء شهر العسل في أوروبا، ثم صفحة كاملة عن نشاط الأم ورحلات العمل التي تقوم بها والبرامج التي تنوي تنفيذها، ثم فقرة في آخر صفحة من الخطاب عن الزوج وهواية الصيد التي تشغله والابن الأصغر الذي قرر ترك الجامعة لمدة عام ليطوف أرجاء البلد في معسكر، وانه كان يجمع الفاكهة في فلوريدا وانه يحاول أن يجد نفسه، والأمل في أن يعود للدراسة في الخريف!. وهكذا خمسة أسطر للزوج والأبن الأصغر، وثلاثة صفحات للابن رقم واحد والأم. والامر لا يحتاج إلى طبيب نفسى ليقرأ ما بين السطور!

يجب ألا نرتدي اقنعتنا طوال الوقت، وألا نجعلها محكمة حتى نظن نحن انفسنا أن كل شيء عظيم. لقد لاحظت مثلاً أني كلما حاولت أن أصدق أني بلا مشاكل، اصاب بألم في كتفي أو بالبرد الذي يستمر معي لأسابيع أو أجد نفسي عاجزة عن الكتابة، لقد كان القناع محكما حتي انه انطلي علي. إن اجسامنا وعقولنا وذاتناكلها ترسل اشارات تحذير عندما لانحيا مع حقيقة ذاتنا، عندما نسد أنفسنا ونعيش على سطح الحياة.

وهناك سبل عديدة للتواصل مع الذات، يصل البعض إلى ذلك عن طريق التأمل، والبعض الآخر عن طريق الدين، والبعض عن طريق العلاج الجماعي، ويجد البعض السبيل إلى ذلك من خلال عمله اليومي كالشاعر والمعلم والممثل الذي يصل في تطويره لمهنته إلى لحظات يكتشف فيها حقيقته الداخلية التي تؤدي إلى تدفق كبير في النمو.

كان اختياري الشخص هو طريق العلاج النفسي الذي أخضع له من وقت لآخر منذ عشرين عاماً، وقد تعاملت مع أربعة معالجين، لم أكن أبداً مريضة نفسية ولاعصابية، وكان يمكنني أن أعيش حياة سعيدة معقولة وبناءة دون حاجة إلى أي علاج، ولكني عندما أفكر في الشابة الصغيرة التي كنتها قبل العلاج ، وأري ما أنا عليه الآن، يرتعد بدني من فكرة أن حياتي كانت ستصبح أكثر محدودية بدونه.

ولقد وجهت في السنوات الأخيرة انتقادي إلى العديد من جوانب التحليل النفسي التقليدي الذي يطلق عليه احيانا « التحليل اللامتناه» ، وهو يستحق هذا الوصف لتكثيفة واسهابه، فليس من الضروري أبدا—

بل حتي من الضار– أن يري المريض معالجه خمسة مرات في الاسبوع، ولمدة خمس أو عشر سنوات. واري أن هذا النوع من الاعتمادية– التي تشبه حياة الشرنقة– ليس بالعلاج الحقيقي. وقد يبدو ذلك للوهلة الأولي متناقضا مع ما ذكرته عن نفسي، ولكنه غير متناقض. إن المسألة ليست في طول الوقت بل في الفلسفة الاساسية التي يرتكز عليها المدخل العلاجي، ففي سنواته الأولي (وارجو أن يكون ذلك في تناقص) كان التحليل النفسي يأخذ بوجهة النظر التي تقول بأن الحياة يجب أن تعلق أثناء العلاج، وانه يجب ألا يقوم المريض بأية قرارات هامة، وكان التركيز علي الحاضر قليل جداً، إذ كان العلاج يعتمد على أن يركز المريض على تجارب الطفولة، كان من المفترض أن الادراك الذي تصل اليه يحررك ويمكنك من اتخاذ قرارات جديدة أفضل لحياتك– ولكن ليس قبل أن ينتهي العلاج.

إن العلاج النفسي الذي لجأت إليه– ومازلت– ذو توجه مختلف تماماً. صحيح أن خبرات الطفولة جزء لافكاك منه من مشاعر الحاضر، وأنه يجب على المرء أن يفحص سلوكه واتجاهاته المرة تلو المرة في ضوء الماضي، إلا أن العلاج الذي خضعت له يستخدم الماضي في إلقاء الضوء على الحاضر وحسب، ولم يكن العلاج أبداً بمعزل عن باقي حياتي، بل واصلت اتخاذ القرارات، واستمتعت بما اصاب منها، وتعلمت مما لم يصب، كان العلاج ببساطة أحد السبل لكي اصبح اكثر وعياً، واكثر حساسية واكثر تحملاً لمسئوليتي عن اقداري.

يحتاج البعض إلى العلاج النفسي طوال حياتهم إما لأنهم مرضي إلى درجة لا تمكنهم من الحياة خارج مستشفي للامراض العقلية، أو لأنهم يشعرون بخوف شديد يحتاجون إلى من يطمأنهم باستمرار، أو لأنهم يعانون من مشاكل قهرية (زوج أو ابن معاق، أو مرض مزمن بهم إلخ) ويحتاجون إلى من يقدم لهم الإرشاد والراحة طوال الوقت. والبعض الآخر – مثلي– يري أن العلاج نوع من البحث، وسيلة من بين عدة وسائل للاستمرار في النمو المتواصل، وانه إذا استخدم كسبيل –كأداة– لكشف الذات، فإنه سيصبح جزءاً من حياتك، لا تلجأ إليه بشكل متواصل ، لكنه موجود ومتوفر إذا ما شعرت انك وصلت إلى مستوي جديد لا يمكنك أن تتقدم أبعد من ذلك بنفسك، او إذا واجهتك أزمة جديدة في حياتك، أو إذا شعرت بعرقلة في عملك وفي علاقاتك.

وبالنسبة لي، فقد وجدت أن شخصا متخصصاً خبيراً، وفي الوقت ذاته صديق عزيز، يمكن أن يساعدني كثيراً على مواصلة البحث اللامتناه عن أي امكانيات في كياني مازلت لم أحققها. وعندما تأتي أزمات الحياة المؤلمة في مواعيدها المنتظمة، فإني أتوجه إليه لألملم رأسي وأبحث عن أي منابع أمتلكها تمكنني من التعامل مع مشاكلي، دون أي وعود، ودون أي آمال بحياة تخلو من الاعراض العصابية–بل فقط الوعد بالنمو إذا ما استحضرت شجاعتي وقدراتي في هذه المهمة. وبهذا المعني فإني لا أرى أن العلاج النفسي عكاز نتعكز عليه بل فخاس للاستمرار في النمو. وقد عبر مريض عن هذا الرأي بجمال عندما اتصل بطبيبه طلبا لموعد بعد غياب حوالي عام قائلاً. «اريد أن أقدم لنفسي بعض النصح، ولكني افتقد الصلة بها».

وبالرغم من التزامي بالعلاج النفسي كسبيل جاد وعميق لمزيد من تحقيق الذات، إلا اني ادرك تماماً لماذا يشعر العديد بأنه وهم، خاصة من في منتصف العمر الذين كانوا ضحية واقع أن هذا المجال كان في مهده طوال سنوات عمرنا. ففي الواقع كانت هناك أسباب وجيهة للانصراف عن النظريات والممارسات التي شهدناها سواء بشكل مباشر أو غير مباشر، إن اى علم/ فن جديد لابد أن يمر بجميع المراحل من آلام

الولادة إلى النمو، وغالبا ما يشعر من يجرب شيئا جديداً انه فأر تجارب. ولكنني ارى اننا يجب أن نعيد النظر في الوسائل التى طور بها العلاج النفسي من فلسفته ومناهجه حتي نتمكن- في منتصف العمر- من اتخاذ قرار بما سنفعله حيال العبء الذي نحمله.

إني أشعر بالشفقة على من يرون أن العلاج النفسي عديم الجدوي على أحسن الأحوال، ومدمر في أحيان أخرى، ويرجع ذلك إلى أننا نتوقع الكثير جداً، في وقت قصير جداً. إني عندما بدأت قراءة أعمال فرويد واتباعه، ظننت انه قدتم اكتشاف (الحل) لكل المعاناه الانسانية! كانت هذه الثورة السيكولجية تحمل رءوى جديدة رائعة حتى اننا- لفترة- فقدنا الاحساس برؤيتا الخاصة، وبدلاً من أن ندرك أننا لسنا إلا بصدد البدايات الأولي الخافتة العثرة لعالم كامل جديد لفهم ساحر جديد، جنحنا نحو اعتبار التحليل النفسي عقيدة ومذهباً جديداً.

كان فرويد بلا شك أحد النابغين العظماء لكل زمان، وقد غيرت تبصراته داخل الطبيعة الانسانية وجه العالم إلى الأبد، ولكنه قد يكون اول من يصر على أن اكبر شهادة على ريادته هى التغيير والتعديل، والتهذيب وتوسيع افق مداركنا على طول الطريق، ولكن كل من المتخصصين وغير المتخصصين اسكرتهم القوة الجديدة فلم يدركوا أو يقرّوا بأن التحسس المبكر نحو التبصر الجديد كان لابد بدائيا وتجريبيا للغاية. والنظير الوحيد للسذاجة التي كنا عليها منذ ثلاثين عاما هم من يظنون الآن أن مجموعات المواجهة هي الحل! لا يوجد شئ كهذا، هناك فقط افكار جديدة رائعة، اتجاهات جديدة، عالم جديد للكشف المتواصل. ولكن كل اتجاه جديد يميل في مهده للوقوع في حب ملاحظاته المبكرة وأخذها مأخذ الجد، وهذا هو السبب في أن عديدا من الناس قد ضرهم التحليل النفسي وكل الاشكال المنشقة عنه في السنوات التي كنا نتحسس فيها طريقنا نحو التبصر الجديد، لقد كنا نتعامل مع أداة تتطور لكي تصبح اكثر فائدة وروعة، ولكن البدايات كانت مليئة بالفخاخ.

كان أول وأهم تلك الفخاخ حتمي لا مفر منه وهو مفهوم أن اللاوعي هو القوة المحركة لنا، لقد كان هذا المفهوم قوياً ومكتسحاً حتي أنه كان يبدو أنه لاسلطان للمرضي على أقدارهم، بل هم مجرد ضحايا سلبيون للدوافع غير الواعية. لقد كان فرويد واتباعه يعملون مع بيئة سكانية لايمكن لنا حتي أن نتخيلها لأن عملهم قد وضع حداً لمثل تلكْ المشاكل! كانت تلك البيئة يعيش فيها أناس صارمون مكبوتون من العصر الفيكتوري ممن آمنوا بأن بعض الناس طيبون والبعض الآخر أشرار، فإذا كانت هناك افكار أو مشاعر شريرة في اللاوعي (لديهم)، فهم بالتأكيد لا يدركون عنها شيئاً. لقد عنيت معظم البحوث المبكرة بأناس اصيبوا بالشلل العاطفي وغالبا النفسي بسبب الرغبات الجنسية المكبوتة، أو بالمخاوف المرضية لعدم تحملهم مشاعرهم العدائية، أو كانوا عبيدا للافكار القهرية كوسيلة يصدون بها مخاوفهم الانسانية الطبيعية، وكانت الغالبية العظمي من المرضي الذين درست حالتهم وقتها ممنْ يطلق عليهم اسم «هستيريا تحويلية»، أما اليوم فإذا حدث وقابل طبيب نفسي حالة هستيريا تحويلية فإن يستدعي جميع زملائه ليخبرهم عن اكتشافه الكبير، إذ أن الثورة التي اكتشفت هؤلاء المرضي قد شفتهم أيضا!

ونتيجة لهذا النوع من البيئة السكانية فإن الاطباء النفسيين الأوائل عاملوا المرضي على انهم ليس لديهم إرادة حرة، وانهم مجرد ضحايا سلبيون ، وكان رد الفعل من جانب المرضي الذين وقعوا في هذه الشبكة هو «عندما أفعل «أنا» شيئاً ما، فلابد أن له معني عميق- ولكن ما الأمر عندما يفعل محللي شيئاً

ما؟ كيف لايكون خاضعا لنفس القواعد؟ انه سؤال جيد وقادنا إلى الكثير من البحث والتحري.

وبالطبع فإن حرية المعالج في أن يختار ويقرر ويدلي برأيه بينما لم يكن ذلك باستطاعة المريض كان يؤدي إلى الشعور بالاستياء إزاء المعالج. وقد عبرت عن الشعور بالوقوع فى فخ سكرتيرة تركت العمل لدي محلل نفسي فقالت. «كان يري أني مريضة مهما فعلت، فإذا حضرت مبكراً فإني مفرطة في القلق، وإذا تأخرت فإني عدوانية، وإذا جئت في موعدي فإني اعاني من السلوك القهري».

لقد عرفنا منذ ذلك الحين أنه رغم أن أي فرد قد يتأثر أحيانا يقوي لا يفهمها بعقله الواعي، إلا إننا جمعياً مسئولون أساسا عن تصرفاتنا ويمكننا أن نتحكم في حياتنا. ولمن يظنون أن العلاج النفس هو أن «تضطجع هناك» ويقال لك السبب وراء أفعالك، دون أن تتخذ القرارات أو تتصرف تصرفات ذات قيمة- دعوتي أوكد لكم أن العلاج النفسي الجيد لم يعد بهذا الشكل.

في السنوات الأولي كان على المريض أن يترك الواقع خارج باب العيادة، كان ما يجري له الآن - مهما كان- خارج عن الموضوع، إذ كانت المشكلة هي إزالة أنقاض ما حدث له في الطفولة من سوء فهم ومخاوف واضطراب. وهذا المدخل ايضا في تناقص، وقد صدم أحد المعالجين مرضاه حين قال: قبل أن نبدأ، دعونا نواجه المشكلة الواقعية وهي أين ستركنون سياراتكم»! لم يعد العلاج النفسي جزيرة معزولة بعيدة عن تيار الحياة الرئيسي، بالعكس تماما هناك اتجاهات للتركيز الشديد على (الآن وهنا) حتى ليتسائل المرء أحيانا إذا ما كانت الحالة التي وصلنا إليها ستجد الانتباه الكافي!

ومن الأسباب الرئيسية للانصراف عن التحليل النفسي هو مخاوف ذوي القدرات الفنية والابداعية، ولهم أسبابهم الوجيهة. ففي السنوات المبكرة، كان المعالجون ينظرون إلى كل انحراف عن القاعدة على أنه «مرض»، واعتقد انه من الإنصاف أن نقول أن العديد من الموهوبين الرائعين ممن كان يجب تقديم المساعدة لهم حتي تواتيهم الشجاعة لكي يعزفوا موسيقاهم الخاصة، اضيروا بشدة بالعلاج الذي كان كل ما يهمه هو صدمات الطفولة و «نموذج صحي» اسطوري للسلوك. ولكن يوجد اليوم معالجون شغوفون بالانحراف وبالخصوصية عندما تمثل طاقة خلاقة وذكاء فريد، ويرون أن دورهم هو دفع ما يريد أن يخرج إلى الحياة بالكامل، وقد أوضح ذلك طبيب نفسي حين قال: «ليس في الأمر خطأ- بل إنه من الرائع أن تكون مجنوناً بدرجة . ولكن الأمر يتوقف على أي نوع من الجنون، فإذا كان يقف في حلقك ويخنقك حتي الموت، فالأمر سيء، أما إذا كان يضربك على ظهرك ويقودك مثل المحرك لتحقيق كل ما في جعبتك، فهو حسن»!

وقد عبرت مريضة عن الاختلاف الأساسي في توجهات العلاج النفسي الآن عندما ذهبت إلى معالج جديد بعد ثلاث سنوات من التحليل النفسي التقليدي فقالت له «أعتقد أننا يجب أن نبدأ من جديد لنعرف ما هو الخطأ بى» فرد عليها المعالج قائلا: ولكني مهتم أكثر بمعرفة ماهو الصواب فيك».

وكانت العلاقة بالمعالج أيضاً مصدراً للإحباط والفزع العميق للعديد من الناس» جياديا لأنه في السنوات الأولي للبحث كان يبدو أنه من الصواب أن يظل المعالج متوارياً حيادياً، بعيداً إذ كان المرضي الأوائل مكبوتين وشديدي الخجل من المشاعر التي بدأت تلوح لهم حتي أنهم ربما كانوا في حاجة إلي ألا يواجهوا أى شخص، وكان ذلك أيضا أيسر على المعالج الذي لم يكن على ثقة مما يجب عليه عمله إذ لم يقم به أحد قبله. ومع التركيز الكبير على الطفولة، كان من المفيد أن يظل المعالج مجهولاً نسبياً كشخص

حتى يستطيع المريض أن ينقل له مشاعره القديمة، المشاعر التي لها علاقة بآبائه وأخوته وأقاربه الخ. وقد تغير ذلك بدرجة كبيرة وأصبح من الممكن أن تجد معالجاً يواجهك إنسان لإنسان، ويعبر عن آرائه ويتوقع منك أن تقرر بنفسك إذا كنت تحب العمل معه.

ومن اسوأ المظاهر التي كانت موجودة في السنوات الأولي أنه إذا كره المريض المحلل أو العلاج، فلابد أنها مقاومته هو وليس أي شئ يتعلق بظروف الحالة، وهناك أناس استمروا مع معالج لسنوات وهم لا يحبونه، ولا يشعرون أنهم يستفيدون من العلاج، ولكنهم اقتنعوا تماما بأن تلك المشاعر ماهي إلا دليل على شدة مرضهم! ولقد تغير هذا الآن تماما، واختفي السحر الذي كان يكتنف العلاج بعد أن أصبح جانباً عادياً ومألوفاً من الحياة.

وكان المرضي يشكون من بين ما يشكون من أنهم لايعرفون بالمرة لأي نوع من البشر ينتمي معالجهم: ما هي فلسفتة في الحياة، موقفه السياسى، مشاعره الشخصية حتي تجاه المريض. وكان ذلك أيضا مناسباً في السنوات المبكرة حيث كان الباحثون يحاولون تقييم أثر المعالج على المريض، ولكننا الآن بعيدون عن ذلك، وأصبح من الممكن أن تجد معالجاً تلقائياً يتحدث بصراحة عن مشاعره ولا يتردد في مشاركة افكاره مع مرضاه.

لقد كانت هناك هالة من الشعوذة تحيط بالتحليل النفسي في سنواته الأولي: كان شيئاً غامضا، ووعداً بالسعادة، والقادر على أن يشفيك من أي اضطراب نفسي، فلما ثبت أنه أداة جديدة رائعة ولكن تعوزها البراعة ، وقف ضده بشدة من كانوا شديدي الحماس له من قبل، وكان هناك من التجارب السيئة ما يكفي لتأكيد الشكوك والعداء تجاهه. ومن بين العوامل التي أدت إلى رفض العلاج النفسي – بأي صورة– كانت تلك التقارير التي قدمها الباحثون من أنه قد «ثبت بالدراسة العلمية الدقيقة» أن العلاج لايفيد بالمرة وأن من كانت لديهم نفس المشاكل ولم يخضعوا للعلاج النفسي تحسنوا بنفس المعدل في غضون أربع أو خمس سنوات.

إن هذا النوع من البحوث خالٍ من أي معني، لأن المنهج العلمي الذي قد يناسب الفيرياء أو الكيماء لايمكن تطبيقه علي العوامل المركبة التي يتأثر بها السلوك الانساني. إن العلاج النفسي فن مثلما هو علم، وأري أنه من المستحيل أن نضع معاييراً موضوعية تقيمّ كيف يشعر المرء تجاه نفسه، ولكن هناك بالتأكيد ادلة ذاتيه واضحة على أن الناس وجدوا في العلاج النفسي وسيلة مفيدة (تعلمهم مواجهة مشاكل الحياة بفاعلية اكثر)، فإذا وضعنا هذا الهدف نصب أعيننا ، فلاشك أن العلاج النفسي (سيحقق المطلوب). والمشكلة هي إننا نبدأ غالبا باهداف غير واقعية ترجع إلى اعتقادنا أن هذا المجال الجديد يمكنه أن يجعل كل الاشياء رائعة، ولكن العلاج النفسي نوع من الدراما، من الصراع من أجل أن تكون أوثق صلة بالحياة. وقد كان العلاج بالنسبة لي تجربة دينية خلاقة بأعمق المعاني. والفرد وحده هو الذي يملك الحكم على قيمة العلاج وسيكون حكمه بالطبع رد فعل ذاتي، ولكن أيمكن أن يكون الامر غير ذلك؟ وقد قال أحد العلماء تعليقاً أجده مضحكاً حين قال: (يظن) كثير من الناس أنهم صاروا أفضل، ولكن ذلك مجرد خداع للذات». ماهذا الهراء! من الذي يقرر انه يتقدم إلا الشخص نفسه؟

في تجاربى الأولي مع العلاج النفسي، كانت لدي توقعات غير واقعية، ذهبت بمشاكل وأعراض

محددة أريد التخلص منها، ولكني تعلمت على مر السنين انه رغم أن العلاج بالفعل قد يخفف أو حتى (يشفي) من بعض المشاكل إلا أن الامر أبعد من ذلك، فما يمكن أن يحدث هو انك تصبح أكثر حساسية وأكثر عاطفية وتبصراً وبالتالي تصبح اكثر قدرة وشجاعة على مواجهة كل المشاكل الجديدة التي تباغتك دائماً.سئلت مرة بعد السنوات السبع الأولي من العلاج عما جنيته منه، وجدت نفسي أجيب بلا تفكير: «تعلمت أن أحب الأوبرا وأن أهتم بالزرع» وأوكد أن المشاكل التي بدأت بها كانت أخطر من ذلك بكثير، ولكني ادركت أن ما نقوله دون تفكير على سبيل الدعابة يمس أحيانا حكمة داخلية. فتعلُّمي الاستمتاع بالأوبرا كان بهدف التقليل من نشاطي الذهني، أن اتعلم ان أترك نفسي للاستجابة للاحساس باللون والصوت والحركة دون أن اعقل كل خبرة. أما اهتمامي بالزرع فكان يرتبط بواقع أني بدأت أحب كل شيء ينمو، وإلى رغبتي في أن اقضي وقتي في هدوء أتذوق عجائب ومعجزات الطبيعة. إن كلا النشاطين كان يمثل تغييراً كبيراً في وجودي ذاته.

ذكرت من قبل اني أري أن النمو يشبه الاستاكوزا التي تجازف بانتظام بمخاطر رهيبة لنزع قشرتها والتحرك نحو آفاق أرحب. ويبدو أن المخاطر والاخطار كبيرة جدا. إن كلاً منا قوي مثلما هو ضعيف، خائف مثلما هو شجاع، حبيس من الناحية العصبية مثلما يشعر بظمأ صحي للنمو، لذا فقد وجدت أن الحياة بهذه التناقضات الوجدانية تكون اسهل إذا وجدت من يقدم لي العون في الفترات التي اترك فيها قشرة باتت ضيقة ومعوقة لي، وادرك تماما أهمية ان اجد الشريك المناسب القادر على مساعدتي في هذا الطريق. لقد كنت انتقائية في اختيار المعالجين، وأعتقد انه لو اختار المرء العلاج وسيلة لمساعدته ، عليه أن يكون حريصاً ومميزاً بنفس درجة حرصه وتمييزه عند اختياره طبيب اطفال أو محام. في السنوات الأولي للتحليل النفسي كانت فكرة سلبية المريض تعوق الإحساس بأن مشاعر المرء وأحكامه الشخصية هامة وصحيحة، وكان ذلك خطأً جسيما.

وعندما استرجع الأمر أجد انني كنت أبحث عن معالج يكون على دراية بكل مدارس طب النفس المختلفة، وأن يكون له خبره شخصية بالعلاج النفس الانتقائي★ ، بذلك يكون على صلة بذاته، وقادراً على الاستجابة للآخرين، ويكون قد اختار ماشعر أنه أصوب الممارسارت وأفضل الفلسفات. وأري أن كل من يزمع ممارسة هذا الفن غير المحدد يجب أن يكون لديه خلفية وفيرة من المعلومات والخبرات، وأن يكون ملماً بالمدارس الفكرية المختلفة، وبتاريخ وتطور هذا المجال، ويعرف كل ما جرب فيه وما تحقق ومافشل. وفوق ذلك يجب أن تكون له فلسفة في الحياة يمكنه التحدث عنها حتي يتسني لمريضه أن يري مدي توافقها مع أفكاره الخاصة. وبالاضافة إلى الخلفية التعليمية العلاجية الجيدة، وسنوات الخبرة، وفلسفة واضحة في الحياة فإن اكثر شيء اهتم به لو أني ابحث عن معالج الآن هو أن يكون شخصاً يمكنه أن يقول «لا أعرف» ، شخصاً لا يقدم وعوداً، لا يقدم دواءً لكل الامراض، ولكن يقول «كل ما يمكنني تقديمه هو صحبتي لك في مغامرة لايعلم أي منا إلى أين تأخذنا، ولكني اعتقد انه يمكنني مساعدتك على أن تجد طريقك» ولقد أعجبني على سبيل المثال تعليق إخصائية نفسية وهى تجيب على سؤالي لها عن خلفياتها حين قالت: «درست فرويد ويونغ وادلر، وكل من جاءوا بعدهم، ثم قررت أية أجزاء أجدها ذات معنى لى، وأنا الآن شخص يقوم بعمله بطريقته الخاصة» ! وكذلك تعليق طبيبة نفسية تعمل في الخدمة الاجتماعية قالت حين

★ العلاج النفسى الإنتقائي: العلاج الذى يختار من كل النظريات دون التركيز على نظرية واحدة.

سئلت عن الفلسفة التي تؤمن بها: «كيف اجيبك قبل أن أري المريض». لقد اخترت معالجاً يتبني الموقف الذي يقول بأن ثمة كنوز ثمينة ينهل منها في افكار كل المعلمين الكبار الذين ظهروا، وأن المرء يمكنه أن يأخذ من كل فلسفة الاجزاء التي يجد فيها أكبر المعاني له، والتي يشعر معها بالراحة ويمكنه استخدامها بسلاسة. ولم أكن لأثق بمعالج غير ملم بتطور مجال الصحة العقلية، وفوق كل هذا، يجب أن يختار المرء من يتاسب نمط حياته وفلسفته البادية.

كان معياري الأول عندما بدأت البحث عن معالج هو: «هل أحب هذا الشخص؟ هل يشعرني بالراحة والأمل والدعة»؟ ولم يكن من الممكن أبداً أن اختار شخصاً لا يتمتع بروح الدعابة، ولا اعتقد ان هذا معيار سيئ لأن الدعابة دائما اشارة عن الدفء والتواضع والانسانية والوعي بعدم معصومية الانسان من الخطأ.

لقد استلزم الأمر الوقت والجهد والمال حتي أجد الشخص المناسب. فلقد كرهت المعالجين الثلاثة الأوائل الذين ذهبت اليهم، كان أولهم رجلا متغطرساً بعيداً، اشعرني كما لو كنت اسبب له مللا فوق الاحتمال. كان له كتاب اعجبني كثيراً، وكان احباطي كبيراً ان وجدت انسانيته أدبيه اكثر منها فعلية، حولني إلى طبيبة معالجة كانت مثل «الساحرة الشريرة»؛ لم أكن مريضة بالدرجة التي تروق لها، وقالت أنها ستجري لى اختيار رورشاخ قبل أن تقرر حالتي حيث أني لا أقول لها الحقيقة. اما المعالج الثالث فقد أراد في أول مرة اذهب إليه أن أرقد على الأريكة موجهة ظهري إليه، اوضحت له انه يجب في البداية على الأقل أن نواجه بعضنا البعض، لم اطرب ابداً لفكرة التحدث إلى حائط في مكتب شخص غريب.

أما المعالج الرابع فكانت صديقة لصديقة لي، لم اكن اعرف عنها شيئاً سوي ما قالته لي صديقتي: «انها امرأة بديعة» وقد كانت بالفعل. كانت تتحدث بلهجة فرنسية، وكانت عذبة بضّة، شديدة الأنوثة، تعاملت معي مثل الدجاجة الأم التى تنادى فراخها، كان مكتبها مليئاً بالكتب واللوحات، إذ كانت هي نفسها فنانه هاوية. كانت واحدة من اكثر السيدات اللاتي قابلتهن ثقافة وعلماً. أعطتني «واجب» في الأسابيع الأولي عبارة عن إعادة قراءة «الجحيم» لدانتي، وبعض قصائد الشاعرة ايدنا سانت ڤينست ميلاي! وأذكر أننى بعد أول لقاء معها جريت إلى أقرب تيلفون وأنا أطير فرحاً وطلبت زوجي وقلت له: «اعتقد انها احبتنى بالفعل»!

وهذا هو جوهر الموضوع: يجب أن تجد المعالج الذي يشعرك انك شخص مدهش جدير بالحب، فإن آجلا أم عاجلاً قد تمر بفترات مختلفة من الجحيم الشخصي في عملية اكتشاف الذات وستكون بحاجة لرفيق يهتم بك حق الاهتمام.

في أي مناقشة مع من يبحث عن شكل من أشكال العلاج النفسي يبرز دائما سؤال واحدا هو: كيف تقرر إذا ماكنت ستذهب إلى اخصائي خدمة اجتماعية أم أخصائي نفسي أم طبيب نفسي أم إلى محلل غير متخصص أم إلى واحد ممن يقدمون الاستشارات المتخصصة؟ إن الطبيب النفسي والمحلل النفسي لابد وأن يكونا اطباء، فيما عدا ذلك فإن جميع الفئات (بما فيها الأطباء!) قد يكون أو لايكون لديه إلمام جيد بكل ما هو معروف حتي تاريخه عن قضايا الصحة العقلية والإجراءات العلاجية، وتميل مدارس الخدمة الاجتماعية بدرجة ما إلى التركيز على الاهتمام بالنواحي الاجتماعية، أما الإخصائيون النفسيون فيميلون

اكثر إلى التأكيد على البحوث والاختبارات والاحصائيات. ويمكن الإعداد لأي من هذه المهن في إطار مدرسة فكرية معينة. وخبرتي الشخصية من خلال السنوات الخمسة والعشرين أو الثلاثين الماضية انه ببساطة ليست ثمة قواعد تحكم الأمور، وأن جميع فئات المعالجين تشتمل على نسبة من الفنانين العظماء، ونفس النسبة من الأغبياء البلداء، إذ يبدو أن العنصر الحاسم هو ما يضيفه الفرد نفسه في حدود ذاته إلى التجارب والتدريبات والمدارك التي يكتسبها، فلم أجد أبداً أي ارتباط مفيد من أي نوع بين العلاج الناجح وبين الخلفية التدريبية الخاصة أو الفئة المهنية الحالية للمعالج، ولكني وجدت كل الارتباط بين العلاج النفسي الناجح ونوعية المعالج كإنسان؛ حكمته، حساسيته، حنانه وأمانته في العلاج.

واحيانا يكون المال مفتاحا دقيقاً لمعرفة فلسفة المعالج، أعرف طبيباً نفسياً يحاسب الأغنياء من المرضي بمبالغ كبيرة حتي يمكنه أن يعالج بعض المرضى بلا مقابل، وتعجبني هذه الفلسفة، وأعتقد أن تدرج الأتعاب يمكن بشكل عام أن يكون مقياساً لوجهة نظر الانسان . واري انه من المفروض أن من يمضي عشرة سنوات من عمره في التدريب علي مساعدة الناس في حل مشاكلهم لابد أن يكون ممن يهتمون كثيرا بالمعاناة الانسانية وليس ممن هدفهم الرئيسي في الحياة هو جمع المال، وإلا فليعمل سمساراً في البورصة. وإذا قال معالج: «أجري ٣٥ دولار في الساعة، و لااستثناءات » فإني اركض إلى أقرب باب (وأدفع ٣٥ دولار لكي أغادر المكان!)، وأعرف معالجاً يقول لمرضاه إن أتعابه كبيرة ولكن يجب ألا يقلقوا لأن مرضاه جميعا يصبحون أصحاء تماماً حتى أنه يمكنهم كسب المال الكثير! ومكتبه دائما كامل العدد فى هذا المجتمع المادي. اني آمل ألا أقابله أبدا.

لقد أصبحت العيادات الشاملة شديدة التكلفة حتي أنه صار من الحمق أن ننصح بها كبديل للعلاج الخاص، وإن كان مايزال هناك بعض الفرق في التكلفة، وفي بعض الأحياء قد تقدم العيادات الخارجية بالمستشفيات أفضل المتخصصين. والاختيار مهم هنا أيضا، فبالرغم من أن المريض يجد معالجاً محدداً، وأن ثمة افتراض من كل من المريض والجهة المعالجة أن هذا ترتيب لارجعة فيه إلا أنه لايوجد شئ من هذا القبيل، فأية جهة جيدة تعرف بأهمية «الكيمياء المتبادلة» في العلاج النفسي، وللعميل كامل الحق في أن يعترض إذا ما شعر بأنه لا يستطيع الاستمرار مع الشخص المخصص له.

ولكل معالج طريقته الخاصة فى ربط الماضى بالحاضر، وفى تفسير الأحلام، وفي درجة تدخله برأيه الخاص، وفي طريقة استجابته سواء بشكل مباشر أو غير مباشر. واري أن الأمر يشبه اختيار شريك الحياة، فإذا بدأ بالكيمياء الصحيحة فإن الاختلافات الفردية لن تهم كثيراً. ولأني تعاملت مع أربعة معالجين حتي الآن فقد تكيفت احلامي مع طريقة كل منهم في تفسيرها، وفي جميع الحالات كانت مفيدة. ولقد وجدت أن المدرسة الفكرية المعينة ليست في مثل أهمية الانسان الذي يستخدم الاجراءات أو التفسيرات المحددة.

وقد يسأل البعض «لماذا أربعة معالجين» ؟، في المقام الأول، فإني –كما ذكرت من قبل– اري أن العلاج النفسي وسيلة للحياة، للنمو والتغير– فإذا تغيرت بدرجة كبيرة، فإنك قد تفوق معالجك نضجاً، وأحيانا تشعر انك تحركت اكثر من قدرته علي مساعدتك ، أو تجد أن رؤيته لك أصبحت نمطية، فتشعر ان ثمة ما يعوقك، أو –كما في حالتي– تكون قد تنازلت عن معالج جيد لزوجك وتحتاج إلى معالج آخر لنفسك إذ أننا نرتكب المحظور فى اسرتنا لأن ثلاثتنا نري ونعرف جيدا معالجينا، فنحن جميعا نلجأ للعلاج

من وقت لآخر. (إنه التحدث إلى شخص يمكنه مساعدتك لكي تري بشكل أفضل أين أنت الآن، وإلى أين أنت ماضٍ).

كيف اقرر متي أتوقف ومتي ابدأ من جديد؟ لقد صار من الغريزي لي الآن ان اكون على صلة بذاتي ليمكنني أن أعرف اذا ما كنت على استعداد لفترة توقف- إذا ما صلت إلى مكان أريد أن أبقي فيه في الوقت الحالي، أجد لبعض الوقت أني اقوم بوظائفي على نحو جيد، أعمل كثيراً، لا أشعر بأى مشاكل أو آلام خاصة مع من حولي، ثم وبالتدريج أدرك أني اكتئب آكل كثيرا وأغضب من زوجي بسبب بعض الجروح القديمة التي كنت أظنها اندملت، وعادة ما أتوقف عن الكتابة، وأجد أني في مشكلة بالفعل، ثم أشعر بالخوف الشديد وأعرف انها أعراض أني أصبح أقل حيوية وأقل راحة مع ذاتي، ربما في غضون يوم أو أسبوع أحلم بعض الأحلام أو يخطر لي خاطر اثناء سيري في الحديقة أو أثناء غسيل الصحون- وميض فجائي من الوعى يكون المفتاح لما أمر به. وخلال يوم أو يومين أشعر مرة أخري أني في حالة جيدة وأعود إلى عملي وأنا أشعر بالابداع والتفاؤل، اكون قد نّموت بما يكفي لأن اقوم بالمهمة بنفسي.

ولكن في احيان أخري لا يجدي ذلك، أجدني مكتئبة وقلقة. أبدأ في احتقار نفسي، فاعرف أنه قد حان وقت التجديد مع معالجي، وقد يستلزم الأمر ثلاثه أسابيع، أو قد يعني العودة إلى العلاج المنتظم لمدة ثلاث سنوات إذا كان ما أصارعه على درجة كبيرة من الأهمية.

وقد يكون قرار العودة للعلاج راجع لأسباب خارجية: صعوبات مع أو بخصوص القريبين مني، علاقات العمل، أو مشاكل في الكتابة.

وعامل آخر لذلك هو صحتى البدنية. إن أكبر الأخطاء التي يقترفها منتصفو العمر وكبار السن هو الاعتقاد بأن عدم القدرة البدنية يرجع دائما إلى التقدم في السن، لايمكن لأي عاقل أن ينكر أهمية الكشف الطبي الدوري والبرامج الوقائية للصحة الجيدة والرعاية الضرورية والحرص من الأمراض، إلا أن معظم مشاكلنا- في الواقع - ماتزال بدرجة مانفسية جسدية- وأن هذا الجزء (النفسي) يتوه في الزحام.

فإذا اصابك ألم بالمعدة في سن العشرين، فالأمر لايبدو متناسباً مع الشباب والصحة، فيكون من المقبول أنها قرحة ناجمة عن التوتر. أما إذا أصابك نفس الألم فى سن الخامسة والأربعين، فلماذا يكون الأمر بسبب انك تتقدم في السن وحسب؟ إن عيادات الامراض الباطنية تمتلئ بمنتصفي العمر اكثر مما ينبغي، بل أن العديد منهم ممن يعانون من «أمراض التقدم في السن» مكانهم الحقيقي هو عيادات العلاج النفسي وليس الباطني، سواء العلاج الجماعي أو الفردي أو الندوات وورش العمل بمراكز النمو، وهو ما يتفق عليه معظم الأطباء الباطنيين، لابد بالطبع من الفحص الطبي لأية اعراض نشعر بها، ولكن يجب ألا ننسي انه حتي في منتصف العمر فإن معظم شكوانا البدنية تكون ايضا ناجمة عن مشاكلنا النفسية ، ولكن من هم في منتصف العمر يتصورن أن عليهم ببساطة أن يتحملوا عللهم الجديدة. وربما يرجع الأمر إلى أنه كلما قلت مرونه الجسم كان أثر التوتر النفسي علينا شديداً ولكن يظل المصدر واحد- ألا وهو المشاعر والاحباطات المتولدة في المخ. ولقد أمكن شفاء كم غفير من أناس في منتصف العمر من العجز البدني عن طريق العلاج النفسي الجيد: رحلة حول العالم أو زواج جديد للأرامل! وقد لاحظت ذلك عن قرب (لأن زوجي قام بعمل بحث في مجال الطب النفسي الجسدي) لذا فقد عاهدت نفس علي انني كلما تقدم بي السن ، وكلما ظهرت أعراض التدهور العضوي فإني لن افترض أبداً أن ملاذى الوحيد هو صديقي وجاري الطبيب

الباطني، بل سأفترض دائما أن النفس والبدن لا ينفصلان وأن العلاج يجب أن يتعامل معهما ككل لا يتجزأ. واري أن التفاعل والاعتماد المتبادل بين المشاعر والاعراض العضوية قوي وهام حتي اني لا تصور التعامل مع إحداهما دون الأخري حتي في حالات البرد العادية!

وسبب أخير لتتبعي العلاج النفسي هو أني طوال حياتي المهنية كان عملي هو محاولة مساعدة الناس في حل مشاكلهم، وقد تعلمت من هذه الخبرة عن أحوال البشر أكثر مما كان لي أن أتعلمه من الحصول على عشرة شهادات للدكتوارة.

اننا نمر في حياتنا بكل أنواع الأزمات: مرض أو وفاة أحد الوالدين، تعطل الزوج عن العمل، المشاكل المدرسية للأبناء. وفي بعض الأحيان يمكننا – دون الحاجة إلى معالج– أن نكون على صلة بمصادرنا الداخلية فنتمكن من الوصول إلى حلول للصعوبات التي نمر بها ، وكثيراً مانجد من يقدم لنا العون: عمة مفضلة أو صديق طفولة، أو رجل دين، فهناك العديد من العلاقات العلاجية في حياتنا، وأذكر على وجه الخصوص اثنين أو ثلاثة من هؤلاء المعلمين الموهوبين الرائعين الذين ساعدونا على أن نري أولادنا باعينهم، وبذلك فجروا طاقات حقيقية في نضجنا وحساسيتنا. ويتمثل جزء كبير من النضج– سواء في إطار العلاج أو خارجة– في قدرة المرء على الإصغاء إلى الآخرين دون الشعور بالتهديد، قد لايكون ما يقوله الآخرون صواباً، وليس علينا أن نأخذ بنصيحتهم، ولكن قد تكون رؤيتهم للأشياء مختلفة عن رؤيتنا، فنجد فيها المفتاح الذي كنا نبحث عنه، مجرد المنظور الذي لم يكن بوسعنا أن ندركه.

وبطبيعة الحال، فإن الخوف من العلاج لايرجع دائما لعوامل خارجية (مما يراه المرء أو يسمعه)، بل إن المخاوف الداخلية تضاهيها في الأهمية، وقد عبر رجل عن ذلك (عندما قال له احدهم انه يحتاج إلى علاج نفسي) فقال «أبداً .. لايمكنني أن أنظر إلى كل هذا القبح!». إن المرض العصبي بطبيعته يجعلنا نتشبث غالبا بألا نتغير، واللاوعى فطري وقوي، فنجد دائما هذا الصراع بين القوى التي تحثنا لأن نكون على علاقة وثيقة بالحياة، والقوى التى تحثنا على ألا نكون على علاقة وثيقة بالحياة، وقد شهدت بوضوح وقدقوة الرغبة في ألا يفحص المرء مشاعره وخيالاته وتصوراته الطفولية من خلال صديقة لي كانت تكابد من نوبة قلق موجعة وحين قلت لها انه آن الأوان لطلب المساعدة، قالت: «لقد تعودت على ما أنا عليه».

وفي كثير من الأحيان تحول مخاوفنا الداخلية دون الاهتمام بحياتنا، فيكون حبنا لأنفسنا أقل من أن يدفعنا إلى الإصرار على الصراع من اجل التحقق الأكبر. اننا بحاجة إلى العناية بحياتنا والتأكيد على حقنا في أن نكون أفضل ما يمكن لنا أن نكونه، سيكون الطريق مؤلماً، وستأتي أوقات من القلق والغضب والمعاناة العظيمة، ولكن أي منها لا يقارن بفظاعة ألا نحيا.

ويمكنني أن أتحدث عن العلاج الفردي فهذا ما خبرته، فلقد أصبحت الاختيارات متعددة اليوم من العلاج الفردي إلى العلاج الجماعي وهناك ايضا علاج الاسرة وهو مايزال في بداياته الواعدة حيث تجلس الأسرة كمجموعة مع المعالج، وهناك ايضا العلاج عن طريق مجموعة المواجهة وهو من اكثر المداخل العلاجية الجديدة انتشاراً. ومعرفتي بتلك المداخل الجديدة محدودة وقد سمعت عنها ماروعني فى بعض الاحيان، وما رأيته مدهشاً في أحيان أخري. ويجب الحرص في اختيار قائد المجموعة، وكذلك افراد المجموعة، وفي نفس الوقت يجب عدم التسرع في الحكم على مجموعة المواجهة، إذ انه في كثير من

الاحيان تكون اللقاءات الأولي مربكة ومقلقة ثم يتغير الأمر في اللقاءات التالية.

وبينما كان من أكبر الاخطاء التي ارتبطت بالعلاج النفسي هو الفكرة التي تقول بأنه يجب أن يستمر مالا يقل عن خمس سنوات، خمسة مرات في الأسبوع حتي تكون له دلالة حقيقية، فإن من اكبر الأخطاء التي ترتبط بالعلاج عن طريق مجموعة المواجهة هو وجود تصور بأنه يحدث تغيرات كبيرة في طبيعة المرء وحياته في خلال أسبوع أو يوم أو حتي ساعة واحدة، وكلا التطرفين غبي، ومن ناحية اخري فإن العلاج عن طريق مجموعة المواجهة مازال يحمل التصور بأنه إذا فهم المريض مشاعره غير الواعية فسوف يشفي، وهو التصور الذى يتطلب الأمر خمسين عاما لإدراك سذاجته وبهتانه، فها نحن نعيد الكرة مرة ثانية: إن كشف الذات اللحظي للآخرين هو العلاج السحري، ولن يجدي ذلك شيئاً.

ولاشك في اخلاص ولياقة العاملين في هذا المجال، وأنه يمكن تحقيق نتائج مدهشة عندما تصير المجموعة بؤرة للحب، وعندما يكون البحث حقيقي عن فهم الذات وقبول الذات.

كانت أرملة تشعر أن الحياة لا معني لها بعد وفاة زوجها بعد زواج دام أربعين عاما، شجعتها صديقة لها على الذهاب إلى مجموعة مواجهة وكانت بالصدفة مجموعة رائعة ويتمتع قائدها بالخبرة والحساسية، قالت السيدة: «لم أشعر في حياتي بمثل هذا الحب والأمان ، لقد تغيرت حياتي تماماً»، وعلى جانب آخر هناك ارملة خجولة متحفظة طلب منها في أول جلسة وهي ماتزال في قمة الحزن والألم أن تلامس المجموعة بعضها البعض، تقول: «لم أشعر بمثل هذا الارتباك في حياتي، لقد كنت أحب أن ألامس زوجي وأولادي، أما ملامسة الغرباء فهي أمر لا أرتاح إليه بالمرة، ولما لم أقدر عليه أعتبروا ذلك دليلاً على التحفز والخوف من الناس، فأشعروني إني امرأة مسنة مريضة وسخيفة، لقد عدت إلى بيتي بعد الجلسة الثانية وأنا أكثر بؤساً من أي وقت مضي».

إن بعض الأساليب الجماعية الجديدة لفحص الذات وتقوية الذات أساليب بناءة ورائعة، والعديد منها يساعد المرء على استعادة التوازن، فالتركيز على المشاعر وعلى الوعي بالبدن وعلى التجارب التي تعتمد على الحواس يساعدنا على استعادة الشعور الصحي «بالوجود المتكامل» الذي فقدناه في الطفولة، إذ أن معظمنا قد نشأ على أن يفكر لا أن يشعر، وعلى الانفصال بين العقل والجسد.

وبغض النظر عن الشكل العلاجي، أرى أنه لابد أن تكون لنا فلسفة عامة ووجهة نظر عن طبيعة الشخص الذي يمكنه أن يكون عونا لنا في منتصف العمر. وقد جاء دخولي إلى هذا المجال من خلال الرجل الذي أهدي إليه هذا الكتاب، الدكتور الراحل ابراهام ماسلو الرئيس السابق لقسم علم النفس بجامعة برانديس.

في كتاباته وأبحاثه كان د. ماسلو يري أن الرؤتيين المبكرتين للطبيعة النفسية للإنسان لم تكونا مرضيتين. كانت الأولي التي ظهرت في بدايات هذا القرن عندما كان هذا العلم مايزال وليدا تسمي المذهب السلوكي، وقد عبر عنها جون واطسون(John B.Watson) في كتاباته، وجوهرها أنه يمكن استخدام المنهج العلمي – الذي كان يطبق فقط في الكمياء والفيزياء والفلك – لدراسة الانسان، وأن الإنسان أساسا ليس أكثر من آلة شديدة التعقيد، وأنه يمكن تكييفه ليسلك سلوكاً يمكن التكهن به. وقد ظل

المذهب السلوكي لفترة (خاصة في أوج ازدهار التحليل النفسي) محل استياء معظم الإخصائيين النفسيين، ولكن في عصرنا التكنولوجي، فإن تقديسنا «للعلم الخالص» كسبيل وحيد للخلاص أعاده إلى الحياة مرة ثانية. ويمثل هذا المذهب اليوم د. سكينرDr. B. F. Skinner بجامعة هارڤارد. ويجادل سكينر بأنه يمكن للإنسان أن يبقي على قيد الحياة لو أنه كان أقل غطرسةً، بل ولأمكنه أن يكون حسن التكيف مع بيئته كالفأر أو الحمامة، وهو يعتقد أن كل مشاكلنا تنبع من فكرة أن الإنسان أكبر من أن يكون مجرد حزمة من الاستجابات للبيئة؛ وهو ينكر وجود الأنا والشخصية والروح والسمات والنفس- ينكر وجود الإنسان المستقل ذو الارادة الحرة التي تخول له حقوقا لا تمس. و أجد أن هذا المدخل للتجربة الإنسانية مدخلاً لا يستحق التقدير فهو يغفل الكثير، ويقلل من الإنسان ، ويفرط في التبسيط، وأنا شخصيا لايمكنني تحمل الرؤية الآلية للبشر، وأرى أن هذا المدخل يحمل هذه الرؤية تماماً.

اما الرؤية الثانية وهي التحليل النفسي والتي ظهرت في نفس الفترة فكانت تحاول أن تنظر نظرة أعمق، وتحاول التوصل إلى سمات الحياة الأكثر عمقا وغموضا، ولكنها كانت شديدة الانشغال بعلم الأمراض، بنظرة للإنسان على أنه ضحية سلبية لدوافعه اللاإرادية. وأذكر أنه عندما كنت أعمل في عيادة لارشاد الطفل كان ينظّر إلى الشخص الذي يصف أحداً بأنه «شجاع» أو «أمين» أو «عطوف» على أنه شخص أحمق إذ كان الطب النفسي لا تعنيه هذا المفاهيم الغبية وكان المهم هو «التثبيت والارتداد والقسر والقلق والوهم والكبت» ، ثم ببطء وثقة بدأ العديد من العظماء ومن بينهم د. ماسلو يعيرون بالا إلى اشياء لم يتناولها التحليل النفسي إلا فيما ندر، وهى ما نشاهدها امامنا دوما بين الناس من شجاعة ورقة وإيثار وابداع.

لقد كان د. ماسلو مفتوناً بمن هم اكثر صحة نفسية عن غيرهم بقدر ماكان فرويد مفتونا بمن هم أكثر مرضا من غيرهم ! وقد لاحظ أن الناس الأكثر تحققا، والأكثر قدرة على أن يعيشوا حياة مليئة بالابداع والحب، ومن يمكنهم مواجهة المحن بشجاعة وبراعة، كانوا ممن يتمتعون بما أطلق عليه «تحقيق الذات» ، وهو بذلك يعني من استطاعوا أن يتوصلوا إلى الفريد والحقيقي فيهم، من يستخدمون إمكانياتهم في سبل لها معان كبيرة بالنسبة لهم، وكانوا أيضا ممن تشغلهم قضية خارج أنفسهم، ويعملون من أجل شيء يرونه نفيساً ويكرسون انفسهم له، وكانوا جميعاً في حالة بحث نشيط عن قيم نهائية، كانا يعيشون ذاتهم الداخلية الحقيقية بقوة ووعي.

وفي كتابه « نحو سيكولوجية الوجود» كتب ماسلو: «كان لكل عصر- ماعدا عصرنا- نموذجه ومثاله، وهو ما تخلت عنه ثقافتنا : القديس، البطل، الجنتلمان، الفارس، الصوفي؛ ولم يبق لنا من كل ذلك إلا الإنسان حسن التكيف الخالي من المشاكل، وهو بديل شاحب ومريب. وربما نستطيع في وقت أن نجعل النموذج والمرشد هو الإنسان الناضج الذي حقق ذاته، الشخص الذي تتطور امكانياته التطور الكامل، الذي تعبر طبيعته الداخلية عن نفسها بحرية بدلاً من ليها أو قمعها أو انكارها».

وبدلاً من التركيز على الأسباب التي تجعل الناس مرضي عاطفيا، كان د. ماسلو يريد اكتشاف ما الذي يجعل الانسان وحدة متكاملة، يحيا بالكامل، يشعر تماما بالراحة مع ذاته ومع العالم. وفي كتاب نشر له بعد وفاته بعنوان «المدى الأبعد للطبيعة الانسانية» كتب د. ماسلو يقول: «كل الدلائل تشير إلى انه من المنطقي أن نزعم أن كل إنسان — وبالتأكيد كل طفل وليد- لديه إرادة إيجابية نحو السلامة، دافع نحو النمو أو نحو تحقيق الامكانيات الانسانية، ولكننا نفاجأ بالواقع المحزن أن قليلين فقط هم الذين يحققون ذلك، نسبة

صغيرة من البشر فقط هي التي تستطيع أن تصل إلى نقطة الهوية أو الذاتية والانسانية الكاملة .. وهذا هو اكبر تناقض نواجهه، لدينا الدافع نحو التنمية الكاملة للانسانية الكاملة .. فلماذا لا يحدث ذلك بدرجة أكبر، مالذي يعوق ذلك؟»

إني أوصي بشدة أن يقرأ كل متوسطي العمر الذين يريدون أن يكونوا أوثق صلة «بالدافع نحو التنمية الكاملة» الخاص بهم أن يقرأوا هذين الكتابين؛ فبالإضافة إلى إزاحة العبء الإنساني عن طريق مشاركة أفكارنا وحياتنا مع الآخرين، وعن طريق النمو من خلال العمل وعلاقات الحب، وعن طريق البحث عن العون من خلال أي شكل من اشكال العلاج، فإني أومن أيضا أن المرء يمكنه أن ينمو وأن يتغير عن طريق القراءة والدراسة، وأنا لا أعرف تياراً فكرياً حديثاً في مجال علم النفس يمكن أن يكون اكثر فائدة لنا، نحن نحاول فحص طبيعة وامكانيات كوننا في منتصف العمر.

إن علم النفس القديم بتركيزه على السلبية والمرض لا يقدم لنا الكثير في منتصف العمر، أما علم النفس المليئ بالأمل والدهشة لامكانياتنا التي ماتزال تحت الاكتشاف فهو الانعاش الذي نحتاجه في منتصف العمر! إن عبء الاقنعة التي نرتديها يلعب دوراً في الاحساس باليأس، والعجز عن أن تكون لنا السيادة على أنفسنا وعلى حياتنا فننسحب إلى عزلة داخلية عقيمة.

والمشكلة الرئيسية التي يجب أن نعالجها ونحن نرفع اقنعتنا هي أن نكون «حقيقين» وأن نحاول إيجاد توازن بين التمرغ في الجانب المأساوي من الحياة، وهو تمرغ طفولي اعتمادي مثير للشفقة على الذات، وبين إنكار واقع إننا لسنا معصومين من الخطأ، وهو إنكار مدمر لايقبله العقل، إنكار أننا قد نؤذي وقد نمر بألام الحيرة والخوف والغضب والقلق. إني أفزع ممن لا يرون إلا البؤس في الحياة ويخبرون الجميع بكل مشاكلهم بنفس الدرجة التي افزع بها من انتشار الأزرار والملصقات والادوات المكتبة والفانلات المرسوم عليها (ابتسم) . انه لشيئ فظيع ان ترتدي شيء يبتسم في بلاهة بينما العالم كله يعيش عذاب وخطر رهيب، إنه نوع من الهروب التام.

وأري اننا سوف نجد الطريق إلى توازن ما بقدر ما نتوقف عن الكذب على أنفسنا، إنها بالتأكيد الخطوة الأولي، فطالما بدأنا نعيش انفسنا بالكامل بكل تعقدنا، سيكون باستطاعتنا أن نسقط الأقنعة في الوقت المناسب والمكان المناسب. لن يشغلنا إرضاء الآخرين أو انطباعهم عنا، ولن يشغلنا أن نكون دائما سعداء ومحبوبين، أو أن ننال الاستحسان . فلنركز جهودنا على أن نكون أمناء مع أنفسنا فليس هناك مشاهدون، ولنكف عن أن نكون ممثلين — وسيكون لذلك حتما أثره على علاقاتنا بالآخرين.

وبالنظر إلى الداخل سنشعر بصدق كيف أن الألم والسرور وجهان لنفس التجربة وأن شدة جانب هي بداية شدة الجانب الآخر. ولقد اكتشفت انك إذا استطعت أن تعيش ذاتك باكبر قدر ممكن ولأطول وقت ممكن فإنك ستزيح القناع عن نفسك علي الأقل، وهذا يساعد كثيرا. إن العبء يصبح فوق الطاقة عندما لايمكنك أن تكشف ذاتك إلى ذاتك.

❖

الفصل الثامن

هل يمكن أن توجد نهضة في منتصف العمر؟

زارتني صديقة من أيام الطفولة أثناء وجودي بالشاطئ، وكانت هناك جارة تشكو لنا عبر سور الحديقة من متاعب طفلها الوليد. أخذت أنا وصديقتي نتحدث عن تلك الفترة الهامة من حياتنا، وشعرنا بالأسف لأن هذه الفترة قد مرت دون أن نشارك بعضنا فيها على الإطلاق، قالت صديقتي: «هذا بالضبط الصبا، الثقة في أن هناك متسعا من الوقت فلا نتوقف لندرك أن ماهو حاضر الآن سوف يمضي، لانصدق أن جزءاً من حياتنا سوف ينقضي، فلم نجد ما يضطرنا لأن نسعى لرؤية بعضنا البعض».

حقا لقد كانت الأمومة تستغرقنا فلم نحاول قطع الأميال حيث إنها تقيم في ولاية غير التي أقيم فيها، بالإضافة إلى أن العبء المادي لذلك كان فوق طاقتنا وقتها، ولكن النقطة الجوهرية هى أنه (لم يخطر ببالنا أهمية عنصر الوقت)، إن الوعى والإحساس الدقيق بالزمن هو أهم مالدينا في منتصف العمر، فإذا لم نستغرق في الحنين إلى الماضي فسوف نستغل هذا الوعي الحاد بالزمن لتحقيق مزايا رائعة.

ويبدو أن الشعور بالألم والحنين إلى الماضي لابد وأن يصاحب أول إدراك لنا بمرور الزمن، في البداية على الأقل، فقد نتألم لأننا لم نعد نحتمل البقاء في الشمس طيلة اليوم، ونتألم عندما يخلو البيت علينا بعد أن كان يعج بالأبناء. ومهما كان الإعداد النفسي لهذه التغيرات، ومهما تحلينا بالذكاء والحكمة، فإن تلك اللحظات من الحنين إلى الماضي لحظات حتمية، والأمر ليس في مقاومتها بل في اجتيازها- ثم الاستفادة منها في خلق «نهضة في منتصف العمر».

إن فكرة أن «سنوات النضارة» هي أجمل سنوات العمر قد غمرتنا حتى أننا قبلناها دون تفكير، رغم أن مانشهده بعيوننا يكذب ذلك. لقد اكتسبنا الآن شيئا لم يكن لدينا في تلك السنوات .. هو الخبرة التي أضفت علينا مزيداً من الاتزان، ومن رباطة الجأش ومنحتنا إدراكاً أعمق بأنفسنا أكثر من أي وقت مضي. تعلمنا ألا نأخذ كل أزمة عابرة بجدية زائدة، وعرفنا الكثير عن تجاوز المحن، وعرفنا أن الازمات القلبية لا تقتل، وأن الجروح تندمل، لقد رأينا الكثير فلم تعد تلك الأمور موضعاً للشك فنحن الآن نفهم أكثر بقدر ما نحن أكبر. ومن المدهش أنه بالرغم من إدراكنا الآن أن الزمن يمضي، إلا أننا أقل عجلة، وأقل توجها نحو المستقبل، أصبحنا نقدر (الآن) ونتذوق الحاضر دون تخطيط دائم لما سيحدث بعد ذلك. أعتقد أنه حتى سن الخامسة والثلاثين كان المستقبل يشغل أكثر من نصف تفكيري، وقد تغير ذلك تماماً، أشعر الآن أن اليوم هو كل مالدي وأنه يستحق أكبر تركيز من اهتمامي.

شبهّ أحدهم منتصف العمر بأنه مثل إعادة قراءة كتاب لم تقرأه منذ كنت شاباً غراً، كنت في المرة

الأولى مأخوذا بالانطباعات والعواطف حتى إنك سهوت عن أجمل النقاط، أما في منتصف العمر فقد اصبحت لديك العدة اللازمة لرؤية التفاصيل الرقيقة التي فاتتك من قبل وأصبحت قادراً على أن تتذوقها على مهل..

ومن أفضل مزايا إحساسنا المرهف بالزمن هو أن الاشياء غير الهامة تصبح غير هامة. قال رجل إن المرء لايدرك إلا في سن الخمسين أنه لا يحتاج إلا بذلة واحدة ! إننا نمضي النصف الأول من عمرنا نكوم الأشياء.

إن القدرة على التعامل مع التغير بإيجابية بدلاً من إنكار وجوده ومحاولة أن يبقى الحال على ماهو عليه هي التي تحدد إذا ماكان المرء– في منتصف عمره– يعيش «نهضة» أم «عصر ظلمات».

إن أتعس الناس بمنتصف العمر والشيخوخة هم من لايستطيعون التغير، مثل الأم الأرملة التي ترفض كافة محاولات أبنائها للتسرية عنها أو إشراكها في رحلات أو أعمال تطوعية.

ولقد وجدت أن أكثر الناس حزناً وإحباطاً في الأربعين أو الخمسين أو الستين هم من مازالوا يظنون ويتصرفون كما لو كانوا في العشرين أو الثلاثين، وأرى أننا يجب أن نقوم ببعض الاختيارات الهامة وأنه لكي تكون سنواتنا تحققا متواصلاً علينا أن نحسن الاختيار.

ورغم المسئوليات العاطفية والمادية التي مازلنا نتحملها إزاء الأبناء وربما إزاء آبائنا المسنين، فإن منتصف العمر يبقى هو المرحلة التي يمكننا فيها أن نقوم باختيارات واعية أكثر وضوحاً وقوة من أي وقت مضي. لقد صرنا أكثر وعيا بأنفسنا وبردود افعالنا ومشاعرنا واحتياجاتنا، وصار لدينا خبرة ثرية يمكننا أن نستخلص منها مالذي يقيدنا ويشل حركتنا ويصيبنا باليأس، ومالذي يمنحنا الأمل والحيوية والنشاط والحماس.

إن الاختيار ليس بالشيء اليسير، بل إننا نشعر أحياناً بالحنين إلى الفترات التي كان هناك فيها من يختار لنا، فكنا نلقي عليه بتبعة ما يجري علينا. إننا نبحث أحيانا عن كبش فداء لنلومه على مشاكلنا مما يبرهن على تفنن الإنسان في الإفلات من المسئولية بهذا النوع من الانسحاب، وكثيرا ما نقنع أنفسنا بأن الزوج أو الأبناء أو الآباء أو الظروف المادية هى التى تحول دون تحقيق ما نريد، ونقنع أنفسنا بأنه لا اختيارات أمامنا، وأننا مجرد ضحايا.

ولكننا في الواقع (نختار) كل ما نفعله، وعلينا أن نقر بذلك. إن عدم فعل شيء أو الجلوس بلا حركة أو عدم المغامرة هي اختيارات نقوم بها، فإذا كانت هي الصواب لنا الآن علينا الإعتراف بذلك وتحمل تبعاتها، أما إذا كانت خاطئة تماماً، وإذا كان الجبن هو المسئول أكثر من أي حقيقة اخري، وجب علينا إعادة النظر في اختياراتنا. قالت لي صديقة. «كنت طوال الوقت أشكو من حياة المدينة الخانقة، وأنه ليس في وسعي عمل اى شيء إذ أن زوجي يجب أن يكون على مقربة من عمله، وذات يوم فاجأني بأنه يمكنه ان يترك عمله وأن يبدأ من جديد حيثما أشاء. ادركت فجأة أنني لم أكن أريد الرحيل فعلاً، وأنني أحب الاتوبيسات، ودور العرض القريبة، وعدم اضطراري للقيادة، والخصوصية التي تتيحها حياة المدينة، لقد كنت أختار طيلة الوقت، ولكني لم أقر بذلك».

ويمكننا في النهاية، أن نختار أن نمنح أنفسنا مزيداً من الوقت بعد أن كبر الأبناء وأصبحوا قادرين

على قضاء الكثير من حاجاتهم بأنفسهم ومن المفيد لهم أن يتحملوا بعض المسئولية وأن يتركوا لنا بعض البراح. وقد يكون علينا أن نتعلم كيف نحيا مع الشعور بالذنب لعدم وفائنا بالطلبات التي لا تنتهي للآباء والأقارب والأصدقاء وزملاء العمل. وإذا كان هناك وقت يمكننا فيه أن نقول (أنا لي)، فهو منتصف العمر. ومن المدهش أن الآخرين يشحذون طاقاتهم عندما نصر على أن تكون حياتنا لنا!

إن قمة الغرور هى أن نتصور أنه لا غنى عنا، ففي الواقع أنه لايمكن الاستغناء عنا لحياتنا فقط،ويجب أن نبدأ في اختيار الحياة التي نريدها وإلا أصابنا اليأس والعدم. وبقدر ما نحقق هذا الاختيار بقدر ما ستكون العشرون أو الثلاثون عاما القادمة من عمرنا اكثر السنوات تحققاً في حياتنا. إننا يجب أن نمنح أنفسنا الفرصة لبدايات جديدة، إن التحدي الذي فرضته زيادة متوسط العمر أملى علينا نوعا من إعادة التقييم والتجديد.

إن الاستقلال التدريجي للأبناء قد يكون أول إشارة هامة لأن حياتنا في تغير، وفي البداية قد نرى في الأمر نوعاً من المرح، فنحن أخيرا وحدنا مع رفيقنا!

ومن الحمق أن ننكر الأثر العميق الذي يخلفه استقلال الأبناء، ولكن من الحمق أيضا أن ننكر الفرص التي يوجدها هذا التغير التدريجي في حياتنا، فالأم التي تتحول ببطء نحو مجالات أخري تركز فيها طاقاتها سيمكنها بالطبع التكيف مع حياتها الجديدة بصورة أفضل من الأم التي تتعلق بأهداب الأمومة.

دعوت صديقة لقضاء نهاية الأسبوع معي بالقرية بينما كان زوجها مسافراً خارج المدينة. قالت إنها قد لا تستطيع الحضور حتى لا تترك ابنها وحده بالمنزل. وابنها هذا في الثامنة عشر وقد سافر إلى مناطق عديدة من الولايات المتحدة وأوروبا في الأجازات الصيفية وله عشرات الاصدقاء من الجيران يعرفهم منذ الطفولة ويمكنه الاتصال بهم إذا صادفته أية مشكلة، وهو شاب قوي البنية وقادر تماماً على العناية بنفسه في نهاية الاسبوع. والأمر الذي أدهشني هو أن الشقيقين الأكبر له كان يسمح لهما باستقلال أكبر ولم تطوقهما الأم عندما كانا في مثل سن أخيهما الأصغر، وكل ما في الأمر أنه الابن الأخير بالمنزل، وصديقتي مازالت —دون وعي— تتعلق بالدور الذي كاد أن ينتهي. إننا لابد أن نمر بفترة لمحاولة التكيف، ومن المفيد أن نخطط لها، وأن نعرف كيف يمكننا أن نجد مجالات جديدة للتحقق، هل نجد ذلك من خلال السفر سواء إلى المدينة أو الذهاب إلى الريف، أم من خلال الدراسة— وكلها تساعدنا على تجاوز الشهور الأولي.

في الواقع إن العش الخالي يزدحم بالإمكانيات، وأرى من كل قلبي أنه مهما كان حبنا لدور الأم أو الأب، فإن في انتظارنا خبرات تماثلها ثراء أو ربما تزيد، لذا فمن الضروري أن نترك الأمور تسير طواعية، وفي صراعنا من أجل فهم ماهية خبراتنا الجديدة، علينا أولاً تنظيف المنزل .. أي ظلال تتربص لنا في الأركان أي أصداء تأتي من الغرف التي أصبحت خاوية؟ هل تجمعنا رفقة حقيقية أكثر من أي وقت مضي، أم أننا غرباء نتجول فى مكان مجدب؟ هل نحن مستعدون لنقيمّ ونتأمل من نكون وأين نقف، وأن نتخذ الخطوات الأولي صوب حياة جديدة؛ وأري أن من يحدث لهم «نهضة» حقيقية لابد وأن يمروا أولاً بفترة من «العصور المظلمة»، إذ يبدو أن ذلك ضروري في التاريخ وفي النفس البشرية أيضا! ولا أعتقد أنه من الممكن لأي إنسان أن يمر بسلاسة ويسر بهذا التغير في حياته، مهما كان رسوخ زواجه، ومهما كانت دقة خططه،

ومهما بدا المستقبل مشرقاً بناءً. إنه قبل كل شيء إعادة ميلاد، والميلاد مليء بالصراع.

وبدرجة ما فإن امتعاضنا لاستقلال أبنائنا لايرجع إلى افتقادنا لهم فقط بل إلى مخاوفنا الشديدة من الحياةمع أنفسنا، ففي تلك اللحظات نميل إلى الشعور بأننا فقدنا شيئاً، وأننا ثكالى.

وفي الواقع إن كل ما يثري إدراك الإنسان ويعمق إحساسه هو القوت الذي يحتاجه المرء في سعيه المستقبلي، والأمومة أو الأبوة ليست بأي حال شيئا تقوم به وتفرغ منه، بل إنها تقدم لك خبرة عميقة تحملها معك وتستخدمها فيما ستفعله فيما يلي.

وبالطبع يحتل موضوع العمل مكانة كبيرة فيما «يلي»، البعض يستمر فيما كان يفعله ولكن بتركيز أكبر، ويواجه البعض انقلابا كبيراً للأدوار. لايوجد حل عام مرضي، بل إن كلاً منا يبحث عن حلوله الفردية الخاصة. وأحد «الحلول» التي تؤجل اتخاذ القرار هي «الحمل الخطأ» وهو في الواقع ليس خطأً بالمرة! إن التحدي الذى يفرضه العش الخالي يكون فوق طاقة بعض النساء اللاتي يتقن إلى إطالة أمد الأمومة، والطفل الجديد يجنبهن مواجهة الفترة الجديدة من العمر. وعندما يكون ذلك نوعاً من الهروب فإنه غالبا ما يمثل مشاكل كبيرة لجميع أفراد الأسرة، وإن كان عديد من الآباء أكدوا لي أن إنجاب طفل في السن المتأخرة هو متعة تفوق كل المتع، لأنهم يكونون أكثر استرخاء، ولأن الأخوة والأخوات الكبار يقومون بدور كبير، في رعاية الطفل، فالطفل هنا يحظى باهتمام وحب كبيرين، إنها بالنسبة للبعض تجربة خاصة يضع فيها فهمه ونضجه، والبعض يستمتع بها كما لم يستمع من قبل. ولكن من المؤكد أن الأمر يختلف تمام الاختلاف إذا كان تأكيدا لاحتياجات المرء العميقة أو هروباً من مواجهة التغيير.

في بعض الأحيان يحتاج أحد الزوجين إلى تغيير مهنته كليةً مما يستلزم العودة إلى الدراسة، وقد يجد الطرف الآخر إشباعاً عظيماً إذا ما استطاع أن يساعده على دخول مجال جديد يهتم به، وكلنا نعرف العديد من تلك الحالات.

إن المسألة ليست أن الفرص غير موجودة، بل إننا نقاوم التغيير بكل السبل، إننا نقول «لا أستطيع» قبل أن نتيقن أن الأمر كذلك فعلاً. ونتساءل هل يمكننا أن نعيش بنصف الدخل، هل يمكن أن نتنازل عن المعاش والتأمين الصحي وسنوات الخبرة؟ والإجابة هي: نعم ممكن، بل يجب أن يكون ممكناً إذا كنا نشعر باليأس والقنوط بحياتنا، وسنتمكن من تحقيق ذلك إذا كانت رغبتنا فيه ملحة، إن المشكلة هي أن نبحث مخاوفنا ونفهم ماذا تعني.

أرادت صديقة لي أن تغيرّ عملها كمدرسة للحضانة بعد أن قضت بها خمس سنوات، عُرض عليها تدريس دورة للآباء والمعلمين عن تنمية الطفل، ورغم سعادتها بهذا العرض إلا أنها شعرت بالخوف الشديد من ألا يمكنها القيام بهذه الوظيفة، وفكرت في أسوأ ما يمكن أن يحدث إذا خاضت هذه التجربة، ورأت أنه الفشل على أسوأ الفروض، وفجأة بدا الأمر يسيراً، فالفشل ليس شيئاً شديد الخطورة! فإذا فعل المرء ما في وسعه ثم فشل فما هي الجريمة إذن؟ وبمجرد أن قبلت فكرة الفشل قبلت الوظيفة وأدتها بنجاح باهر.

لاشك اننا يجب أن نبدأ ونحن في الثلاثينيات من العمر في التفكير في منتصف العمر والشيخوخة. في هذه الفترة يكون قد تكون لدينا وعي ما بما نرغب في عمله في باقي سنوات العمر. أعرف سيدة كانت

قد أنهت تعليمها الثانوى فقط، اتفقت مع كلية محلية بأن تدرس مادتين فقط في كل فصل دراسي لحين يلتحق أصغر أبنائها بالتعليم الثانوي فتصبح بعدها طالبة كل الوقت. وسيدة أخرى كانت تعمل متطوعة يومين فقط في الأسبوع في عيادة للصحة العقلية عندما كان أبناؤها صغاراً، وقد أظهرت مهارة خاصة في هذا العمل حتي أنها كانت تكلف بمسئوليات اكبر كلما كبر أولادها، وبمرور الوقت التحق الأولاد بالجامعة واستطاعت أن تلتحق ببعض الدورات التنشيطية واصبحت أحد العاملين الأساسيين بالمركز. إن من تمنح وقتها للأنشطة المتمركزة حول الطفولة تزود نفسها بالخبرة التي تثريها والتي قد تمنحها رؤية أوضح بما تفعله فيما بعد فى السنوات التي سيكون فيها متسع من الوقت.

ويمكن أيضا أن نعمل في وظائف لبعض الوقت في السنوات التي لا نكون فيها على استعداد لتحمل مسئوليات العمل كل الوقت. وقد أصبح أصحاب الأعمال يرحبون بهذا الاتجاه لافتقاد الشباب حديثي التخرج للنضج والفهم.

وعادة ما يكون من الصعب أن نصل إلى التوازن الضرورى بين التخطيط والتلقائية في فترة مليئة بالنمو والتغير، فإذا أدركنا أن الحاضر هو كل مالدينا بالفعل، وأن له أهمية كبيرة لنا، فكيف يمكننا عمل خطط طويلة الأمد كأن نعود للدراسة لسنوات عديدة لكي نعد أنفسنا لمهنة قد نستمتع بها كثيراً ولكننا لن نعمل بها إلا فترة قصيرة؟

أعرف سيدة بدأت دراستها للمحاماة في سن السادسة والخمسين رغم أنها كانت تعمل بوظيفة رائعة كان يمكنها أن تستمر بها، ولكن بعد أن كبر الأبناء وتوفي الزوج راودها حلمها القديم. كان رد فعل معظم الناس هو «إن دراسة القانون تستغرق وقتا طويلاً، فمتى ستمارس المهنة؟»، وإذا فكرنا في الأمر لوجدنا أنه تساؤل غبي خالٍ من أي معني، فإذا كنت تفعل شيئا كنت تريده طوال حياتك، وتستمتع بكل دقيقة من «العملية» ذاتها، فماذا يهم بعد ذلك؟ قد يبدأ شاب في الثانية والعشرين في دراسة القانون ثم تصدمه سيارة بعد عام، فهل هذا الاحتمال يمنعه من مواصلة حياته؟ لا توجد أية ضمانات من أي نوع في أي سن. يجب أن يكون المعيار الرئيسي في عملية اتخاذ القرار بشأن العمل هو «هل أريد هذه الخبرة لنفسي الآن سواء حققت أو لم أحقق أهدافا بعيدة المدى؟» إن الدراسة بغرض الحصول على وظيفة جيدة بمرتب جيد شيء، وأن تدرس لأنك تمضي وقتا رائعاً سواء حصلت أولم تحصل على الدرجة شيء آخر.

لقد أصبح واضحا للإداريين بالكليات أن الدارسين الكبار أكثر انتظاما من الصغار، فمن هم في منتصف العمر لديهم إحساس أقوى بأهدافهم، ويعرفون كيف يتذوقون العملية الدراسية ذاتها وليس النتيجة النهائية فقط، ويضيفون بخبرتهم الكثير إلى ما يتعلمونه. إن الشباب بفطرته يتوجه نحو المستقبل، أما في منتصف العمر فإنك تكون (في) المستقبل، وكل ما تريده هو أن تستمتع به وأن تستفيد منه على أحسن وجه.

إن العودة إلى الدراسة تخطيط للمستقبل، ولكنها قد تكون غاية في حد ذاتها، ويجب أن توضع اللحظة في الحسبان، فإذا كنت تشعر بالبؤس في عملية الدراسة، فعليك أن تفكر في بدائل أخرى.

وبقدر ما يعتبر منتصف العمر هو الفترة المناسبة للتفكير في التغيير، إلا أنه من الضروري أن نفكر ملياً

في التغيير الذي نظن أننا نريده، ففي كثير من الأحيان وبالرغم من المضايقات العادية والإحباطات الموجودة في كل أنواع العمل لا نكون راغبين حقاً في أي عمل غيره.

قالت لي سيدة تعمل بالخدمة الاجتماعية: «شعرت بالضجر من عملي ورأيت أننا لا نقدم إلا أقل القليل لعدد كبير من الناس، قلت لنفسي إنه قد آن أوان التغيير. كنت دائماً أهتم بالديكور وقررت أن أبدأ في العمل في هذا المجال، ولا أدري لماذا لم تواتني الشجاعة على ذلك. ذهبت إلى معالجتي التي تعرفني منذ مدة طويلة فقالت لي: كفي عن هذا الهراء، أنت تعلمين جيداً أنك لا تطيقين التخلي عن أولئك المساكين الذين يعيشون في ظلام، ومهما كانت الأمور فإنهم بحاجة إليك أكثر من أي وقت مضى: لقد خلقت لتكوني في هذا المكان مهما كان الشقاء الذي يسببه لك! خذي أجازة طويلة وحسب» شعرت براحة عظيمة وأدركت فجأة أن الأمر قد اختلط على فلم أميز بين الإحباط وفقدان الاهتمام بالمجال نفسه».

ويجب أن نتحرى الدقة في عملية البحث عن الفرص والإمكانيات الجديدة للتحقق حتى لا نسقط في فخ الأولويات ونظم التقييم المفروضة علينا من خارجنا والتي تعتبر أن بعض الأعمال أرقى من غيرها، وحيث يتصدر المال قائمة الاهتمام في حضارتنا. يجب أن يكون لنا تفكيرنا الخاص النابع من داخلنا عن معنى الإبداع كما نراه نحن، ويجب أن نذكّر أنفسنا دوماً بأن هذا هو المعيار الوحيد في اختياراتنا الجديدة. وقد لخص العالم النفسي إبراهام ماسلو ذلك حين قال:« إن حساء من الدرجة الأولي أفضل من قصيدة من الدرجة الثانية». وفي كثير من الأحيان لا يحدد منتصفو العمر أهدافهم تجاه العمل بناء على رغباتهم الداخلية بل بناء على المكانة الاجتماعية، إن منتصف العمر هو الوقت المناسب للانسحاب من تلك اللعبة السخيفة. إن ترك عمل يرضي المرءه ويشعره بالتحقق من أجل عمل آخر يفترض أنه ذو قيمة أكبر إنما هو تدمير للذات.

بالطبع يحتاج غالبية الناس إلى كسب المال خاصة وأننا وصلنا إلى منتصف العمر في فترة من أكثر الفترات كساداً في التاريخ وإن كان غير معترف به، فلا يجد أولادنا وظائف حتي الجامعيون منهم، فكيف سنجد نحن وظيفة جديدة؟ لا شك أنه وضع مخيف، وهو غالباً السبب وراء عدم قدرتنا على التغيير حتى وإن كنا نريده بشدة، وهو سبب مشروع لعدم الإقدام على التغيير، على الأقل لفترة ، ولكن ثمة أمل، فحتى وإن اضطررنا للبقاء في وظيفة نشغلها فيمكننا أن ندرس في دورات مسائية أو أن نعمل عملاً تطوعياً مرة أو مرتين في الأسبوع في مجال نحب أن نعمل به ذات يوم.

ومن الحمق أن ننكر أنه كلما تقدم بنا العمر زاد اهتمامنا بالمعاش وخطط التقاعد وتأمين فترة الشيخوخة، وتخيفنا فكرة أن نصير عالة على أولادنا- على اعتبار أنهم استطاعوا أن يعولوا أنفسهم! وأفضل سبيل هو أن نوازن بين الأولويات. فمن يدخر كل قرش للمستقبل، لايعيش أبدا، فهو لايضع (الآن) في اعتباره، ومن يرفض تدبير أموره المستقبلية يضع نفسه في مشكلة عندما يصبح المستقبل فجأة هو الحاضر، وإن كنت شخصيا ممن يقترفون هذا الخطأ حتى لا أكون في زمرة الأموات وهم على قيد الحياة، هؤلاء الذين لم يسافروا أبدا إلى أي مكان، لم يشتروا أي شيء على سبيل النزوة، لم يشاهدوا الأوركسترا على المسرح ، لم يقدموا أبدا هدية غالية الثمن، لم ينغمسوا في أية ملذات -هؤلاء الذين كل متعتهم في الحياة هي التمعن في دفاتر التوفير.

ويمثل التقاعد والقدرة علي مواجهته جانبا آخر من جوانب التكيف والتخطيط، ومايزال في جيلنا يختلف شعور الرجل والمرأة تجاه التقاعد، فبينما يشعر الرجل بأن التقاعد نهاية له، نجد أن المرأة حتى وإن كانت قد انتهت من تنشئة الأبناء إلا أنها ماتزال تشعر بأنها «تعمل» كربة بيت، وبالطبع تتغير هذه الأوضاع تدريجيا، لكن مايزال معظم جيلنا يرى أن الرجل «يجب» أن يعمل حتى يكون «إنساناً بحق» وأن المرأة «يمكنها» أن تعمل حتى «تجد» ما يشغلها.

وفي بعض الأحيان يتقاعد الزوج بينما تظل الزوجة في عملها الذي قد يستغرق معظم وقتها، ويحتاج الأمر هنا إلى تكيف الزوجين مع هذا الوضع. قال زوج إنه في البداية شعر بالامتعاض لهذا الوضع ثم «أدركنا أخيراً أنه قد آن الأوان لكي نفعل ما يناسبنا نحن وألا نحاول أن نحذو حذو الآخرين مثلما كنا نفعل دائما، إني الآن أقوم بالعديد من الرحلات، وتلحق بي زوجتي في الأجازات، والآن وأنا في السادسة والستين أتعلم تسلق الجبال!»

ثمة عادة مشاكل تحيط بالعمل التطوعي في مجتمع كمجتمعنا يولي اهتمامه الأساسي نحو المال، فقد لا يشعر المرء بقيمة عمله إلا إذا تقاضى عنه أجراً. إننا يجب أن نتخلص من انشغالنا الشديد بالمال وأن نعطي للعمل التطوعي وضعه. لقد تغيرت قيمة العمل التطوعي تماما إذ لم تعد «الصدقة» تعني أن تعطي مايزيد عنك للفقراء وحسب. إننا الآن قد نجد تحدياً وتحققا عظيمين من خلال العمل التطوعي، ومن السخرية المحزنة أن منتصفي العمر عليهم أن يستفيدوا من واقع أننا نواجه مشاكل اجتماعية رهيبة: فقر وتوتر عنصري ومشاكل بيئية وتعقيدات في العلاقات الدولية يشيب لها الولدان وتحزن لها الأفئدة، حتي أنه يمكننا القول أنه كلما ازداد العالم قبحاً، زادت كفاءة وتحديات العمل التطوعي أمام من هم في منتصف العمر!

ولقد أدركنا كأمة ماسبق أن أدركناه كأفراد من أنه في معظم «المهن التي تقدم المساعدة» لا يعتبر التعليم الدراسي هو العنصر الأساسي بل إن من يتمتعون بالحساسية والرقة والحنان يمكنهم تعلمها بسرعة وأن يكون إسهامهم إلى مدرسة للحضانه أو جناح بمستشفى، أكبر من الحاصلين علي الدرجات العلمية ولكن شعورهم تجاه البشر أقل. وأنا على يقين من أن أي شخص ناضج له خبرة ثرية بالحياة ويتمتع بالمرونة والطيبة وحب التجربة يمكنه أن يجد عملاً تطوعياً في غضون أسبوع واحد ليعطي لحياته روحاً ومعنى جديداً.

وللهو نفس ما للعمل من أهمية في جميع مراحل الحياة، ولكن من في منتصف العمر ينظرون إليه كشيء طفولي وتضييع للوقت، ولكنه في الواقع عامل أساسي للنمو أكثر من العمل. ولكل منا وسائله الخاصة الفريدة للانتعاش والتجديد وإعادة ملء خزانات الطاقة والإبداع.

قصت لي جدة كيف أنها جرأت بعد تردد على أن تغير إطار النظارة التقليدي الذي ظلت ترتديه لسنوات وارتدت إطاراً شبابيا وكيف أن هذا التجديد قد أسعدها كثيراً!

وتختلف وسائل اللهو كلما تغيرنا، كما أنه يتخذ أشكالاً مختلفة من شخص إلى آخر فقد يكون بالذهاب إلى متحف أو السير في حديقة وإطعام الطيور، أو بشراء آلة تصوير والتقاط صور للأطفال أثناء لعبهم، أو القراءة، أو القيام برحلات سواء إلى الأماكن القريبة أو إلى أواسط أفريقيا، المهم أن نبحث عن الانتعاش الداخلي.

إن إنعاش الروح نوع من التدريب على التمركز ، وعلى تركيز الانتباه داخل الذات، إنه نوع من البعد بالنفس عن المحركات الخارجية التي تمنع صلتنا بمشاعرنا وأحساسينا وأفكارنا العميقة. وتعتبر أحلام اليقظة مصدراً رائعاً للإنعاش، ويفهم الأطفال ذلك بالسليقة، أما الكبار فيعتبرونها «فعل لا شيء» ويحاولون مقاومتها، ولكنها في الواقع جزء أساسي لأن نتواصل مع أكثر الجوانب إنسانية في أنفسنا. ويمكننا أن نتعلم أن نركز كل انتباهنا على قوقعة أو زهرة أو ورقة شجر أو على هطول المطر على زجاج النافذة وأن ننتقل بوعي من هذا التركيز إلى التجوال في أحلام اليقظة. ويمكننا أيضا أن نستلقي على الأرض وأن نصغي إلى الموسيقى وأن نحاول أن نشعر بكل جزء من أجزاء جسدنا، واليوجا وغيرها من أشكال التأمل تعلمنا كيفية التأمل الداخلي إذ أن أصعب مشاكلنا فى الحياة العصرية هي أننا قد انفصلنا عن ذاتنا، يجب أن نتعلم كيف «نكون» مثلما تعلمنا كيف «نفعل»، ويجب أن يكون لدينا إحساس داخلي عميق بالحيوية والرضا لمجرد أن نكون مع ذاتنا، ففي واقع الأمر ثمة رفيق واحد يمكنك الاعتماد عليه طوال حياتك هو نفسك ، فيجب أن تربطك به صداقة قوية وهادفة.

إننا نفكر كثيراً في كيفية الانشغال، ولا نفكر تقريبا في تنمية الروح، ويرجع ذلك إلى أننا نشأنا في فترة كان العمل فيها مايزال عاملا ضروريا للبقاء البشري، فنحن نشعر بالقلق إزاء الفراغ كما كان يشعر آباؤنا، فلآلاف السنين كان هناك صراع رهيب يدور أساساً حول توفير المأكل والملبس والمأوى، فلم يكن ثمة وقت لأي شيء آخر، وقد تغير ذلك تماما بعد الثورة الصناعية والتقدم التكنولوجى اللذين خلقا مجتمعاً يتغير فيه مفهوم العمل تغيراً مذهلاً. إننا نعتقد أنه في جميع الأعمار يجب أن يعمل المرء على الأقل ثمانية ساعات يوميا، خسمة أيام في الأسبوع وإلا كان شخصاً غير ذي قيمة.

أعرف زوجين متقاعدين يعيشان ببلدة ساحلية، ويطل منزلهما على خليج لم يدمره جشع الإنسان بعد، وتعيش هناك أنواع عديدة من الطيور، وفي الربيع والخريف تتوقف بها أنواع رائعة أخرى في رحلتها من الشمال إلى الجنوب. تجلس الزوجة ساعات كل يوم بالمنظار المكبر لتتأمل في جلال الطيور والغروب والمراكب والصيادين. قالت لي ذات مرة إنه في السنوات الخمس التي عاشتها في هذا المكان لم تر غروباً مثل الآخر أبداً، وأنها كل يوم تتطلع في شغف إلى المشهد الجديد الذى ستراه أمامها.

أما الزوج فيحب أن يجعل بيته على أحسن صورة، وأن يصطاد السمك لغذائه، وأن يساعد جيرانه. يأتي إليهما الأبناء والأحفاد ويذهبون، وهما يقومان برحلة أسبوعية إلى السوبر ماركت، ويستمتعان بحديث الأصدقاء على الشاطئ. ويمكنني أن أقول إني لم أقابل أناساً يشعرون بالتحقق والرضا مثلهما، فهما يفعلان ما يمنحهما أعظم سعادة، وفي الشتاء يعملان في بعض اللجان الخيرية، ولكن جوهر حياتهما اليومية هو الوجود وسط عالم طبيعي يحبانه.

فكما نشجع على العودة إلى الدراسة أو تغيير العمل أو العمل التطوعي في حالة الرغبة في الانشغال والنشاط، فإننا يجب أيضاً أن نذكر أن العديد من الناس يجدون إحساسهم العميق بالحياة في بيئة تتسم بالبساطة حيث لا يستطيع أي إنسان أن يقيس ما «يفعلونه» لأن ما يفعلونه يكمن في داخلهم ولايظهر.

ومن بين مخاوف منتصف العمر نجد الخوف من «الترمل»، وهو خوف لايمكن أن ننحيه جانبا أو نستخف به، فالتفكير في احتمال فقد العلاقة التي أصبح المرء يعتمد عليها، والتفكير في شبح الوحدة لهو شيء مرعب ومحطم. ولكن لايوجد بديل، بل علينا أن نقبله كأحد الاحتمالات الموجودة في الحياة، ومتى

قبلناه سنجد الكثير مما يمكننا أن نفعله حياله.

وقلق المرأة أكبر، ولها أسبابها في ذلك ، إذ أن رجل منتصف العمر أضعف حيال الموت المبكر، ولكن لدينا آلاف الدلائل التي تثبت أنه يمكن تجنب العديد من حالات الوفاة تلك، وانها كثيرا ما تكون نتيجة لتوتر يفوق الاحتمال أو يأس عميق بالحياة. فالأزمات القلبية قد تكون عرضاً لتوتر أو غضب لم ينفث عنه: عندما يساق المرء إلى النجاح أو عندما يستحوذ عليه العمل تماماً، دون أي متعة أو عندما يعيش المرء وسط الأذى والغضب الصامت. ولدينا الآن ما يكفي لمعرفة أنه يمكن منع الكارثة. وإذا عرفت الحقيقة، ففي الواقع في كثير من الأحيان لايكون موت الرفيق مفاجأة حقيقية لرفيقه، فالأقرباء يعرفون في قرارة أنفسهم أن ثمة جروحاً وإعاقات بدنية ونفسية ترجع إلى تاريخ طويل. إن الوفاة في منتصف الحياة ليست بالشيء الغامض أو المصادفة– إلا في استثناء نادر– بل إن الحياة التي عاشها المرء تحمل في طياتها دلالات عميقة عليها.

وقد أتيحت لي فرصة رائعة ونادرة لفهم الأسباب الخفية للوفاة في منتصف العمر إذ أن زوجي عمل لمدة خمسة عشر عاما في بحث لمحاولة معرفة ما إذا كانت هناك جوانب نفسية جسدية وراء الإصابة بالسرطان. وفي الوقت الحاضر، يؤمن العديد من الأطباء النفسيين وعلماء النفس في جميع أنحاء العالم أنه فيما لا يقل عن نصف الحالات المتأخرة من السرطان يلعب اليأس العميق المطبق من الحياة دوراً رئيسياً، وهذا ماتوصل إليه زوجي وزملاؤه. ولا يتسع المجال هنا للخوض في نتائج البحث، ولكن ما أود قوله هو أن ماعلمته بشأن الوفاة «المفاجئة» في منتصف العمر هو أنها ليست «مفاجئة» بالمرة، فالقصة النمطية التي تتكرر مراراً وتكراراً تسير كالتالي: توفيت امرأة في السادسة والأربعين بسرطان المعدة. كان لديها «كل شيء» ، لديها طفلان، وزوج وسيم ناجح، ووالدان محبان ومنزل جميل، ومال، قالت لمعالجها النفسي الذي رأى أنه قد يوجد بديل للموت إذا فحصت حياتها: «ليس لدي سبب لكي أتحسن، فأنا ميتة بالفعل». واتضح بعد ذلك أنها كانت الابنة المطيعة التي تفعل دائما ما يتوقعه الآخرون لاما تريده هي، ولم تحقق حلمها الخاص بأن تعمل مصورة صحفية تسافر في جميع أنحاء العالم في رحلات مثيرة، كانت لاتكره زوجها ولكنها لاتعرف شيئاً عما يتحدث به الناس من الوقوع في الحب والعواطف القوية، لم تشعر أبداً أن حياتها تخصها ، قبل مرضها بعام درست التصوير والتحقت بنادٍ له وغضب زوجها لذلك، وعندما نظم النادي رحلة إلى أفريقيا كانت تتوق إلى الاشتراك فيها، صدم زوجها ووالداها ورفضوا أن يرعوا الأولاد في غيابها. كان من بين أعضاء النادي أرمل يكبرها بعشرين عاماً، شجعها على الاشتراك في الرحلة، وجدت نفسها منجذبة إليه، وحدثت بينهما علاقة فجائية كانت صدمة بالنسبة لها، دمرها الشعور بالذنب، فأنهت العلاقة بسرعة، وبدأت بعدها تشعر بتعب في معدتها ..

إن حياة كل فرد تنطوي على عذابات خاصة، فإذا كنا نريد أن نحيا فيجب أن نكون لدينا الشجاعة على النظر إليها، ويتوقف ذلك على درجة تمسك المرء بالحياة. لقد صرح بعض المرضى لزوجي بكل وضوح أنهم فضلوا الموت على مواجهة عذاب الحياة، قالت امرأة: «كنت أريد أن أترك زوجي وأن أؤذيه بشدة ، ولكني لم أستطع ذلك.» وقالت أخرى: «أبلغ السادسة والخمسين، وكل قراراتي منذ كنت في الثانية والعشرين كانت خاطئة، ولا أملك الشجاعة أو الإرادة لأن أبدأ من جديد».

يجب أن يظل الزوجان على علاقة قريبة من بعضهما البعض، وألا يغلقا الجروح إلاعندما تنسى، وإذا

أردنا الحياة فيجب أن نحافظ على الصلة القوية بين أجسادنا ومشاعرنا فلذلك أثره المذهل على السلامة البدنية.

وبتركيزي على الدور الهام الذي تلعبه المشاكل النفسية في طول العمر، لا أنكر أبداً أهمية السلامة البدنية، ولا أنكر مسئوليتنا عن أن يكون لنا دور إيجابي وذكي في معركتنا مع التقدم الحتمي في السن.

وبالطبع يفرض علينا التقدم فى السن بعض التنازلات ، وأرى أن إنكار ذلك يستنفذ منا طاقة كبيرة نحتاجها في أشياء أخرى. نعم إن القدرة البدنية «تستهلك»، وهذا واقع لايبارحنا، ولكن علينا أن نتقبله وأن نكون أذكياء مبدعين حياله، وأن نفتح أنفسنا للتجارب الجديدة المتنوعة والتي قد تكون لها مردود أعظم.

ورغم واقع التقدم في السن، إلا أني أرى أن معظمنا يحتفظ بجسمه في حالة جيدة، بل إننا أصبحنا أكثر وعيا بأهمية العناية بالجسم الوحيد الذي لدينا، وأصبحنا نهتم بعمل التمرينات الرياضية وركوب الدراجات والسير والمحافظة على نوعية غذائنا اكثر مماكنا نفعل ونحن في العشرينيات أو الثلاثينيات من عمرنا. وأرى أنك عندما تتوقع أن تظل شابا من الناحية البدنية، وعندما يقول لك العلم أن ذلك ممكن تماماً، فإنك تعيش بناء على هذه التوقعات. ويجب أيضا أن نتخلص من غسيل المخ الذي مورس علينا طوال حياتنا والذي يجعل إحساسنا بأنفسنا أقل كثيراً مما نحن عليه بالفعل.

لقد وجدت صعوبة في أن أجد امرأة تشكو بحدة من مشاكل انقطاع الدورة، فمن ناحية فإن العلم قد جعل هذه الفترة أسهل كثيراً، ومن ناحية أخرى أصبحت النساء لايرين في ذلك إشارة بانتهاء الحياة، بل إشارة إلى أنه قد جاء اليوم الذي يمكنهن فيه الاستمتاع بالجنس دون القلق من احتمال الحمل.

وثمة فرق شاسع بين أن تفعل ما في وسعك عن طريق تنظيم الوجبات والتمرينات الرياضية والفحوص الوقائية حتى تحافظ على الحالة البدنية فى أحسن حال، وبين الهلع المجنون لكي تظل شاباً قوياً إلى الأبد والانصياع إلى ماتبثه لنا الإعلانات التي تركز على أن المظهر هو كل شيء، وأن ما يبدو عليه الناس أهم مما هم عليه بالفعل.

وأرى أنه من المعقول أن يحاول المرء أن يبدو وفق ما يشعر به. قالت لي جدة في الخامسة والأربعين: «سوف ألتحق بالجامعة، ولا تظني أني سأترك نفسي أبدو جدة عجوزاً بيضاء الشعر، لا بل سوف أصبغ شعري وأهتم برشاقتي، لالشيء إلا لكي أكون في أحسن حال، إني لا أشعر أنني كبيرة، فلماذا أترك نفسي أبدو كذلك؟» وهذا عكس موقف المرأة التى تشعر بالحزن الشديد كلما لاحظت ظهور تجاعيد جديدة وتقول: «إن أسوأ شيء في العالم هو أن ترى نفسك تتقدم فى السن، وأن تعرف أنه لن يحدث لك شيء جميل بعد ذلك أبداً؟»

إن أولادنا بلاشك هم الجيل الذي أدرك أن الناس بجوهرهم وليسوا بمظهرهم ، وأن الناس يجب أن يكونوا أحراراً في أن يشعروا بالراحة.

ولكي نشعر بالشباب ، ولكي نكون في أحسن صحة ممكنة يجب أن نرتدي المريح من الملابس وألا نقلق طوال الوقت بشأن تسريحة الشعر، بل يجب أن تكون لدينا القدرة على التحرك بسهولة ويسر وذلك بالطبع دون التفريط في حسن المظهر، إن الانشغال طول الوقت بأن نبدو أصغر سناً، والجري وراء الموضة

يفقد المرء الشعور بالاسترخاء والراحة اللازمين للصحة والحيوية. ومن المدهش أن الزوجين في منتصف العمر تزداد جاذبيتهما تجاه بعضهما البعض كلما قل قلقهما إزاء مظهرهما وزاد تركيزهما على ما يجعلهما (يشعران) على نحو أفضل. لقد بدأت أنا وزوجي نرتدي ملابس لم نكن لنجرؤ على ارتدائها منذ خمس أو عشر سنوات مضت، ففي العام الماضي على سبيل المثال كان زوجي يرتدي معطفا عسكرياً طويلاً صمم أثناء الحرب العالمية الثانية ليوفر التدفئة في أي درجة حرارة، وكم أراه رائعاً حين يرتديه. إنك عندما تبحث عما هو صواب وحقيقي بالنسبة لك تنطلق قدراتك الرائعة.

ومهما كانت حساسيتنا إزاء التوتر النفسي، وإزاء صحتنا البدنية، فالموت شيء حتمي- وقد يحدث في منتصف العمر. والترمل واقع يرتبط بالحياة الزوجية. ومهما تعاهد الطرفان على الحياة معاً أو الموت معا، فثمة ما يدفعك إن آجلاً أو عاجلاً لأن تبقى على قيد الحياة. ويتوقف النجاح في ذلك على ما إذا كانت الفترة التي حييناها معا قد استغلت خير استغلال، وعلى مدى إعداد النفس لفكرة العيش وحيداً بما يتطلبه ذلك من جهد شاق يجعل المرء يشعر في وحدته أنه بصحبة رفيق جيد تماما- هو نفسه، وهذا ليس بالأمر الهين علينا -نحن الذين خضعنا للتهيئة الاجتماعية الزائدة منذ سنوات الطفولة المبكرة. كنا كلما حاولنا تنمية رفيقنا الداخلي، قيل لنا أن نكف عن أحلام اليقظة وعن الجلوس بلا حراك، وأننا يجب أن ننشغل بعمل شيء أو أن نلعب مع الآخرين. لذا فمعظمنا يشعر وهو وحده أنه قد اجتث من الحياة، وهي تجربة مخيفة، فإذا أردنا أن نسكّن مخاوفنا إزاء الوحدة، يجب أن نعيد اكتشاف الشخص الوحيد الملازم لنا من الميلاد حتى الممات، وهي مهمة هامة وخطيرة. وثمة العديد من السبل التي تحقق ذلك مثل تدريبات التأمل أو العلاج النفسي أو عن طريق الدين، أو العزلة، أو السير منفرداً مسافات طويلة، أو القيام برحلة بالسيارة أو المركب أو الطائرة.

وبالإضافة إلى تنمية الحياة الداخلية ، أرى أنه من الحكمة ألا تقوم العلاقة الرئيسية في حياة الإنسان على الاعتمادية المطلقة أو على الاستهلاك الكلي، بل يجب أن يكون الخوف من الوحدة دافعاً للأزواج للانشغال عن بعضهما البعض بوسيلة أو بأخرى بدلاً من تشجيع الالتصاق الشديد الذي يزيد مخاوف الانفصال.

لاشك أن العناية بآبائنا المسنين هي من أكثر العوامل التي تتدخل في إمكانية حدوث «نهضة»، فمسئولية الأبناء والزوج والعمل قد تسبب القلق والإحباط والألم لبعض الوقت، ولكنها في الوقت ذاته مصدر للرضا والتحقق. أما العلاقة بالآباء المسنين فهي - كما وجدت ممن تحدثت اليهم من المعاصرين لي- تسبب إحباطا كبيراً وإشباعاً قليلاً. لم أجد من بين من تحدثت إليهم إلا اثنين أو ثلاثة أمكنهم القول أن آباءهم المسنين يعيشون شيخوخة سعيدة، وأنهم يسعدون بصحبتهم وأن آبائهم قد خططوا لكي يوفروا لأنفسهم الاستقلال والرعاية حتى وفاتهم، يقول رجل . «يشق على المرء أن يرى آباءه يشيخون وهو نفسه في منتصف العمر قلق بالفعل؛ لأنه يكبر ويرى نذر قلة الحيلة وفقدان الكفاءة البدنية، لقد صار عليّ تدريجيا أن أكون الوالد وهما الأبناء، ولا أستطيع تحمل ذلك، إني أريد أن أتذكرهما وهم على صورة مختلفة، وعلاوة على ذلك فهما مذكِر دائم لما سأكون عليه بعد سنوات قليلة مما يسبب لي الاكتئاب والخوف».

ويقول رجل آخر: «إن التقدم الطبي قد أدى إلى مآسٍ أكثر مما سبب سعادة» ويروي كيف أصبحت

كل قرارات والده الذي يبلغ الثمانين من العمر خاطئة بشأن تجارة الأثاث التي أنشاها والتي يديرها أبناؤه، وكيف أنه يرفض أى تجديد أو إبداع يقترحونه ويقول: «إني أحب والدي وأشفق عليه، وأعرف أني سأكون شيخاً بدوري يوما ما، ولكني لا أملك إلا أن أستاء لأنه يحرمني من النجاح والسعادة اللذين يمكنني تحققيهما الآن».

لقد أعرب كل من تحدثت معهم تقريبا في هذا الموضوع عن شعورهم بالذنب والإحباط، ويبدو أن آباءنا لم يكونوا مهيئين لهذه الحياة الممتدة، فنحن أول جيل يكون والداه مابزالان على قيد الحياة وهو في منتصف العمر.

تقول سيدة في الخامسة والستين: «إني على ثقة من أني عندما أكون في الثمانين أو الخامسة والثمانين سأتمسك بالحياة حتى آخر قطرة، ولكني أرى من موقعي الآن أنه ليس من الطبيعي أن تمتد حياة الإنسان على هذا النحو. لاشك أن وفاة الوالدين أزمة كبيرة في حياة الإنسان ، ولكنها أيضا تحرُّر من الطفولة ومضى نحو النضج. إن والديّ مايزالان على قيد الحياة، وطلباتهما لا تنتهي، أشعر دائما أني ابنة سيئة لأني لا أستطيع أن أمنحهما الشباب والسعادة مرة أخرى». وقالت لي صديقة: «المسألة ليست في العبء المادي أو في الوقت الذي نمنحه لرعاية الآباء، ولكن في رؤيتهم وهم يتدهورون أمامك. لقد كان والدا زوجي زوجين متحابين طيلة حياتهما حتى أننا اعتدنا على أن نشبههم بالعصافير كنوع من المزاح على الحب الذى نراه حتى في نظرات كل منهما إلى الآخر. ولكن من المؤسف أن بؤس الشيخوخة جعلهما يسبّان بعضهما طول الوقت ولا يطيق كل منهما الآخر، ونحن نتمزق لذلك ولا نستطيع شيئاً حياله». وقالت سيدة في الرابعة والخمسين: «اعتاد آباؤنا على إخفاء مشاعر الخوف والكراهية أثناء سنوات الانشغال والنشاط والصحة حيث كان من الممكن تأجيل مواجهة كل منهما للآخر، أما الآن وهم يرون أن حياتهم تقترب من نهايتها، فقد ظهرت تلك المشاعر المكتومة إلى السطح. أشعر أحيانا أن والدي يشعر لا إراديا بالغضب لأنه لم تتح له فرص التعليم التى وفرها لأبنائه، وينتاب أمى مزيج من الفخر والألم لرؤية بناتها ناجحات في عملهن بينما لم يكن أمامها هي هذا الاختيار، لقد فوجئت في زيارتي لهما في الأسبوع الماضي أنهما يتشاجران بشدة على موقف حدث منذ اثنين وثلاثين عاما عندما كانا في أول زيارة لهما إلى باريس، كانت أمي تقول لأبي: «أنك شخص حقير لا تراعي مشاعر الغير، كنت كلما ازداد الألم في قدمي كلما اسرعت السير، وتركتني وحدي في الفندق، يجب أن تعرف أني ظللت أبكي لمدة أربع ساعات» حدث ذلك منذ اثنين وثلاثين عاماً، والآن تخبره بإحساسها وقتها» !

لا يمكن أن نجد حلولاً سهلة ومُرضية لمشكلة آبائنا المسنين، ولكن يمكننا أن نتخذها سبيلاً للتعلم والنمو.

لقد أقر الجميع بأنها مشكلة مؤلمة، وبهذا الإقرار نكون قد خطونا الخطوة الأولى، وأعفينا أنفسنا من الإنهاك النفسي، فإحساسنا بالذنب تجاه الأهل لايمنعنا من التحدث عن الإحساس بالعبء والإحباط والعجز عن مواجهة الأمر، بل إن مشاعر الحب تطفو على السطح بسهولة عندما يتاح للإنسان التعبير عن غضبه أيضا، وقد عبرت عن ذلك امرأة حين قالت كيف إنها تنفجر غضباً أثناء عودتها من زيارة والديها من كثرة شكواهما ونقدهما وتدخلهما، ثم تبكي بحرقة عندما تتذكر كيف كانا طيبين معها وهي صغيرة.

ذهبت أخيراً إلى طبيب نفسي لفحص مشاعري تجاه والديّ، أنا في حوالي الستين من عمري، ويصيبني المرض كلما كان علي أن أفعل شيئا لهما، ولايمكنني أن أتحدث معهما. وذات مرة حدثت لي حادثة بالسيارة أثناء ذهابي لزيارتهما وأعرف أنها كانت لأني لم أطق فكرة أن أقضي معهما ساعتين اثنين واكتشفت أني حانق عليهما، وأني أحملهما مسئولية البؤس والأذى اللذين تعرضت لهما في طفولتي وأني أمتعض من أي شيء يكون علي أن أقوم به لهما مما يضاعف العبء. ولقد تحسنت بعد شهرين من العلاج، وأراهما الآن شخصين كبيرين تعيسين لم تكن لديهما أبداً أية فرصة في الحياة، بل إنهما قد عاشا أصلاً بالكاد، وماكان من الممكن أن يمنحا ما يفتقدانه، لقد فعلا أقصى ما يمكنهما لي ولشقيقي وأشعر الآن بالأسف العميق لهما، ولكني أفهم أيضا أنهما لايجب أن يحبطاني، وقررت ألا أفعل إلا ما أرى أنه يجب عليّ أن أفعله، ولكن بما يتفق مع أولوياتي الخاصة، وأن أمنحهما ما أستطيعه وليس ما يشعران أني مدين به».

وأرى أنه قرار مهم، فإن كنت قد تعلمت شيئاً من خلال لقاءاتي وملاحظاتي فهو أنه: لايمكن أبداً أن تستطيع إرضاء احتياجات ومتطلبات أناس يشعرون في داخلهم بالبؤس.

ويجب أن نعلم أننا نعيش في فترة من التاريخ الإنساني طالت فيها حياة الإنسان، ولكن قليل من يعرف ماذا هو فاعل بها، لذا سيكون علينا اتخاذ قرارات صعبة ومؤلمة، ولايوجد مايمنع أن نلجأ إلى مساعدة الهيئات الإجتماعية المتخصصة التى تتزايد الآن والتي قد تكون عونا لنا في هذا الشأن، ويجب أن نسمح لمشاعرنا الطيبة أن تظهر مهما كانت المسئوليات والإحباطات التي نواجهها.

وإذا كنا نخشي من شيخوختنا نحن، فلابد أن تكون فترة شيخوخة الآباء بمثابة مواجهة يمكننا من خلالها أن نحدد الخطط التي تمكننا من أن نعيش تجربة مختلفة في السنوات الأخيرة من حياتنا . ويجب أن نقبل أن ما نقدمه لآبائنا هو أقصى ما في وسعنا، وذلك بالضبط ما كانوا يشعرون به وهم يربوننا.

وفي بعض الأحيان يغري الآباء الأبناء بتولي قيادتهم قبل أن تكون هناك ضرورة إلى ذلك، ولكننا يجب أن ندرك مخاطر معاملة آبائنا كأطفال قبل أن يكون ذلك أمراً ملحاً. وإذا نظرنا إلى حقيقة دوافعنا فقد نجد أن هذا هو مانريده نحن: هل كنا ننتظر انقلاب الأدوار لتكون لنا السلطة والتحكم؟ هل نرضي أنفسنا بأن نقوم بدور الأم أو الأب لمن كان رفيقاً بنا؟ إن قيادة الآباء قبل الأوان، سواء بدافع من الغضب أو الحنان، تكون غالباً مصدراً لمشاكل لا لزوم لها. قالت لي سيدة نادمة: «كان رد فعلي فظيعاً عندما رأيت والديّ يكبران ، هالني الأمر فتوليت قيادة وإدارة حياتهما، أقنعت أبي باعتزال العمل، واستأجرت لهما شقة في ولاية أخرى، ودبرت لهما شغالة، وبحثت لهما عن أصدقاء ، وبعد عام أصيب أبي بسكته دماغية. أعرف أنه يلومني فقد كان يكره أن يترك عمله، ويكره الولاية التي نقلته إليها، ويكره أن يبقى مع أمي أربعا وعشرين ساعة يومياً، من كنت أظن نفسي لأفعل بهما هذا» ؟

يجب أن نضع حدوداً للمساعدة التي نقدمها لآبائنا، ويجب أن نعلم أن آباءنا لهم كامل الحق في اتخاذ قراراتهم سواء بدت حكيمة أو حمقاء من وجهة نظرنا، ويجب ألا نقرر عنهم إلا إذا حدث لهم عجز أفقدهم أهليتهم- كفانا تحمل مسئولية حياة الآخرين.

وجانب آخر لامتداد حياة الآباء هو أننا نظل نشعر بأننا أطفال ونحن في الأربعين أو الخمسين، إذ

مايزال هناك من يقول لنا أن نمشط شعرنا وننظف أظافرنا وننام مبكراً. وأرى أنه لابد أيضا أن نضع حدوداً لدرجة الطفولة التي نسمح بها. قالت سيدة «قلت لأمي إذا توقفت عن لومي لأني أحفظ اللحم في الثلاجة مدة طويلة، سأتوقف عن لومها لأنها تشرب كثيراً من القهوة».

وقد اتفق معظم من تحدثت إليهم على أن المواجهة الصريحة التي نتعامل بها مع الأبناء والرفاق لاتصلح للتعامل مع الآباء، وقد روى رجل كيف أنه بعد حضوره عدداً من مجموعات المواجهة ظن أن المواجهة يمكن أن تضفي مزيداً من الصدق على علاقته بوالدته فقال لها أنهما يجب أن يتحدثا بصراحة ووضوح عن مشاعرهما وأفكارهما، وكانت كارثة! إذ أن الأم لم تفهم الأمر، وشعرت بالتهديد والرفض واستغرق الأمر ستة شهور لإزالة أثر هذا الموقف. إن المواجهة الصريحة تصلح مع الصغار أما مع الكبار فهي مشكلة.

وقال رجل إنه ابتغاء لسعادته الخاصة ولمساعدة والده المسن على استعادة ملامحه الشخصية الفريدة فإنه يحاول جاهدا أن يحث والده على التحدث عن ماضيه مما يعيد التواصل الحقيقي بينهما، ويعطي كلاً من الأب والابن إحساساً بدورة الحياة الإنسانية؛ يقول: «بمجرد أن يبدأ أبي في شرح تفاصيل جهازه الهضمي، أبدأ في توجيه أسئلة له عن طفولته في النمسا، فيشرق وجهه ونشعر إننا معاً بحق مرة ثانية».

إننا يجب أن نُشعِر آباءنا بأن لحياتهم معنى، وأن لهم قيمتهم– وأنهم محبوبون.

ومنتصف العمر أيضا هو الفترة التي قد نتعرض فيها لأول تجربة لوفاة أحد الوالدين. قال لي العالم النفسي د. ابراهام ماسلو «إني سعيد لأنك تهاجمين التعليم لتركيزه على الحقائق، بينما أهم ما يتعلمه المرء يكون من الداخل والباطن، إن الإنسان يتعلم من وفاة أحد والديه أكثر مما يتعلمه من جميع المناهج التي يدرسها».

لم أفهم ما كان يعنيه حق فهم حتى توفيت أمي وعرفت أعماقاً جديدة من الألم والنمو لم أكن أتخيلها. إن هذه التجربة قد تكون تجربة للنمو والتغير العميق إذا سمح المرء لنفسه أن يعيش بصدق كل مشاعر الفجيعة والتناقض الوجداني والشعور بالذنب، وأن يعيش أيضا إدراكه الجديد بمدى عمق تأثر المرء بوالديه، وكيف أنهما جزء لا يتجزأ من الإنسان .. في وفاتهما أكثر مما في حياتهما.

إن وفاة أحد الوالدين تدخلك في آفاق جديدة من الإدراك والوعي عن معنى الاحتياج والفناء والخلود، ومعنى الحب والقبول، وأهمية أن تتذكر ضعف الانسان كما تتذكر قوته– وعن معنى (العائلة) وكيف أن هذا المعنى يشمل ذكريات وعلاقات تصبح فجأة ذات دلالة عميقة وجديدة. إن قبول هذا الأمر من الداخل، واستخدام هذا الانفصال كتجربة للنضج، يضيف الكثير إلى ملامح المرء في منتصف العمر. إن اكتشاف هول أن يصير الإنسان بلا أم حتى وهو في الخمسين من عمره يعلمك دروساً مهمة عن أحوال البشر.

ونواجه بالطبع بالواقع المؤلم الذي يتمثل في تغير العلاقة تماماً مع الطرف الباقي على قيد الحياة إذ أن آباءنا كانوا شديدي الإلتصاق، ولم تكن لكل منهما حياة منفصلة أو هوية مستقلة، لذا فغالبيتهم يجد صعوبة في التكيف مع حياة الوحدة. ويعتمد النجاح في ذلك على مدى الشجاعة والثراء الداخلي اللذين يتمتع

بهما هذا الطرف من ناحية، وعلى نجاح الأبناء في تحقيق التوازن بين الحنان الخالص وعدم معاملته معاملة الأطفال من ناحية أخرى.

وفي بعض الأحيان يصبح الطرف الباقي على قيد الحياة شخصية اعتمادية للغاية ويحتاج أن يقوم الأبناء بالدور الذي كان يقوم به الرفيق.. ولكن في جميع الأحوال يجب دراسة قرار انتقاله للحياة مع أبنائه دراسة متأنية إذ أنه ليس من الحكمة أن تتخذ قرارات جوهرية لأسرة تمر بفجيعة قبل ستة شهور على الأقل، ويجب أن نتحلى بالصبر وأن نسمح للزمن بأن يأتي بالتغير المنشود، وألا نسمح لعواطفنا لأن تحيد بنا عن أن نتصرف بأمانة.

وبذلك، فحتى وفاة أحد الوالدين يمكن أن تكون جزءاً من النهضة في منتصف العمر إذا عاش المرء التجربة بكامل أبعادها، واستطاع أن يجتاز مشاعره الكبيرة، وإذا استغل وعيه المكثف بقيمة الحياة فيصبح أكثر حباً وأمانة مع نفسه ومع من يهتم بهم.

وأخيراً فإن من لايستطيع تحقيق «نهضة» في «عصوره الوسطى» فإنه إنما لم يبذل الجهد الكافي.

لقد بدأت أقدر حسن حظي في أن أكون في منتصف العمر في هذا الزمان رغم مشاكل الحياة عندما شاهدت فيلما سينمائياً قديما ورأيت كيف كانوا يصورون من لهم أولاد في الجامعة، أي من في الخامسة والأربعين أو الخمسين: شعر أبيض وتجاعيد وأطراف مرتعشة، مما يصلح بمقاييس عصرنا لمن تجاوز المائة. يبدو أنه في ذاك الوقت كان من في الخمسين من عمره يتصور أن حياته تنتهي، أما نحن، فإننا نتوقع أن أمامنا عشرين أو ثلاثين عاماً عامرة، فلا نجد بيننا هذه الصورة البائسة.

ولا ينطبق هذا على الآباء فحسب، بل إن الجدود أيضا قد أصبحوا من نوعية خاصة حتى أن مديرة مدرسة للحضانة قالت إنها كثيراً مالاتعرف إذا كان الطفل بصحبة الجدة أم الأم فهما تبدوان في نفس العمر.

لاشك أنه مما يحمل نوعا من «النهضة» في منتصف العمر هو أن تصير جداً، إن هذا الدور يحمل في طياته الشعور بالتجديد وبدء الحياة مرة أخرى. وبالرغم من ذلك، فإن عدداً كبيراً لايجد متعة في هذا الدور، ولايحب أن يتحمل رعاية الأحفاد.

ومن المؤكد أن دور الجد قد تغير جذريا، فبينما كان الجد في صغرنا هو المعلم والناصح والمستشار الذى يمكنه بخبرته بالحياة أن يعلم أولاده أفضل الوسائل لتربية أبنائهم، فإذا بفرويد و د. سبوك يغيران ذلك كله! ففي أقل من نصف قرن سلب هذا الدور تماماً من الجدود، وأعتقد أن جيل آبائنا هو الجيل الذي تلقى الصدمة الكاملة التي نتجت عن هذه الثورة في الحياة الأسرية. ومن الواضح أنه في سياق هذا التغير الكبير لم يعد دور الجد مصدراً للمتعة إذ أنه لاسلطان أو نفوذ له على الأحفاد. وقد ذكر بعض المعاصرين لي ممن صاروا جدوداً أنهم يشعرون بالتوتر الشديد عندما يكون عليهم رعاية أحفادهم لخشيتهم أن يفعلوا أو يقولوا مالا يلقى قبول الأبناء الذين يعترضون على كل ملاحظاتهم واقتراحاتهم كما لو أنهم لم يربوا أطفالاً أبداً من قبل. ولكن هذا الاتجاه في تغير لأن الجيل الأصغر يتعامل مع أطفاله بطبيعية واسترخاء أكثر من جلينا، وبالطبع سيستفيد الجدود من هذا التغير.

لقد تأرجح البندول من النقيض إلى النقيض، وهو الآن يعود إلى منتصف الطريق، لم يعد الجيل الأصغر من الآباء يهتم إذا ماكانت الجدة على دراية بسيكولوچية الطفل أم لا، فهم يعرفون أن الجدة شخصية مهمة ومفيدة في حياتهم وحياة أطفالهم، خاصة بعد اختفاء الأسر الممتدة الذي جعل الحاجة ماسة إلى الجدود للراحة من عناء الاهتمام بالطفل لبعض الوقت.

إن الجدود وحدهم هم الذين يمكن أن يقدموا للطفل الحب غير المشروط، فعندما انتزعت منهم مسئوليتهم عن تنمية شخصية الطفل التى أصبحت مقصورة على الآباء، لم يصبح عليهم بالتالي أن يقوموا بدور تأديبي، وأعتقد أن هذا هو اكتشاف القرن لجدود اليوم! فعندما رفع الجدود أيديهم من قسم التأديب (حيث لايصغي إليهم أحد)، أدرك الأحفاد أن أجدادهم يمكن أن يكونوا حلفاء لهم وليس مجرد فريق آخر من الكبار.

وأعتقد أن الدور الرئيسي للجدود هو تدليل الطفل، فنحن نحمّل الأطفال بطلبات وشروط وتوقعات تثقل كاهلهم، ويجب أن يكون هناك بشكل ما تنفيس عاطفي من كل القمع والضبط الذي يعيشه الأطفال. والجدود هم خير من يقوم بهذا الدور، فيمكنهم السماح لأحفادهم بألاينااموا مبكرا، وأن يأكلوا مايروق لهم ، وأن يقفزوا على الأثاث، وأن يشتروا لعباً لايحتاجونها. إن الآباء من ناحية، والمدرسين من ناحية أخرى يقومون بمهمة تهذيب الطفل، وفي هذا الكفاية، فالطفل لا يحتاج مزيداً من الكبار لتطوير شخصيته ، ولكنه يحتاج إلى من يحبه حبّا أعمى مجنوناً خالياً من التحفظات.

إننا يجب أن نتعلم أن نكون جدوداً مختلفين عن أي جيل سابق! وأن ننحي جانباً كل نظرياتنا الخاصة عن تربية الأطفال، وأن نثق في قدرة أبنائنا- الذين أحسنا تربيتهم- في القيام بمهمة تنشئة أبنائهم.

وعندما نكف عن أن نقول «لا أحد يفعل هذا في بيتي» أو «الولد مش بيتغدّى كويس» أو «كُل دي علشان خاطرى» أو «سأفخر بك إذا حصلت على أعلى الدرجات فى الحساب» سنشعر بالراحة، وستصبح العلاقة بأولادنا وأحفادنا علاقة ممتعة. إني عندما أصير جدة لن أتدخل في الاسلوب الذي تعامل به ابنتي أطفالها، أما في الفترات التي أتولى فيها رعايتهم فليس لها بالتالي أن تتدخل أو أن تلقنني ماذا أفعل! ولايعني ذلك أني سأدمر ماتقوم به، فأي طفل في العائلة سيكون من الذكاء بحيث يعرف أن الأم والجدة شيئان مختلفان فلايسلك معهما نفس المسلك. ستكون أوقاتي مع حفيدي أو حفيدتي أوقاتا للمتعة الخالصة، لن ألقى عليه محاضرات عن عادات الاستذكار الجيدة، ولن أحذره من عواقب عدم شرب اللبن، ولن أعلمه كيف أن الأنانية تؤدي إلى الوحدة، فتلك وظيفة الأم والأب وليست وظيفتي. لقد كان الآباء متحفزين لأن مناهجهم التربوية الجديدة لايفهمها ولايقبلها الجدود، وكان الجدود لايشعرون أنهم محل احترام وتقدير، وكان الأحفاد مثقلين بجيلين من الكبار.

وأمامنا نحن- جيل منتصف العمر- الفرصة لنغير ذلك كله، لقد درست مافيه الكفاية من مناهج التربية «الصحيحة» و «الخاطئة»، وطبقتها أكثر مما ينبغي على ابنتي المسكينة، والآن فرصتي لأن أتصرف بتلقائية وإنسانية وطفولة، ولأن أمنح الحب من أجل الحب وحده، إني أتوق إلى هذه التجربة!

إن الحب من أجل الحب شيء نادر، ولايمكن أن يتسبب في ضرر للطفل، بل إنه سيخلص الأحفاد لأول مرة من التناقض الوجداني الذي كانوا يشعرون به إزاء زيارة الجدة التي تعني عندهم الحصول

على نصيب من الحلوى واللّعب ثم تلقي المحاضرات الطويلة عمن يتضورون جوعاً ويتمنون الطعام الذي تأكله، وعن أنه ليس من اللائق ألا تقول شكراً.

لقد علّمنا أبناءنا أن يسلكوا في وجود أجدادهم سلوكاً مختلفا عما يسلكونه في غيابهم حتى أنه كان ممنوعاً التفوّه ببعض الكلمات في حضور الجدود، ولم يكن الجدود يعلمون شيئاً عن المواد التي يرسب فيها الأحفاد أو المشاكل التي يتعرضون لها. لقد كنا نحمي أولادنا وآباءنا من بعضهم البعض، وأريد لهذا الوضع أن يتبدل ، أريد ألا يجد حفيدي غضاضة في أن يطلعني على الجوانب التي تعكس أن الإنسان ليس معصوما من الخطأ وأنه عرضة لأن تنتابه بعض المشاعر التي قد لا تتسم بالحب. إن دور الآباء هو بناء شخصية أبنائهم، أما أنا فأحب أن أكون شاهداً في صف الأحفاد!

وأريد أن تعرف ابنتي وزوجها أن ما أقدمه لن يكون تحدياً لدورهما، بل فيتامينا عاطفياً إضافياً يجعل الحفيد أكثر تحملاً لوقائع الحياة اليومية.

أعرف أن الحياة الآن تبعثر العائلات؛ فالأبناء يضطرون للحياة بعيداً عن ذويهم، ولكن ما أعنيه هنا بالحفيد هو أي طفل أحبه ويحبني، وأنا الآن جدة بالفعل للعديد من أطفال الحي، وأتمنى أن أستطيع مصادقة المزيد منهم.

وتفهم ابنتي معنى دور الجدة بمعناه الواسع أكثر مني، ذات صيف عملت مضيفة في محل حتى تتمكن من توفير المال اللازم لشراء الملابس التي تلزمها للجامعة ، وأية أشياء إضافية تحب أن تشتريها، وفجأة غيرت خططها ودفعت نفقات عام كامل للطفل الذي نتولى الإنفاق عليه في جمعية للأيتام. إن دور الجدة هو حالة ذهنية مثل أي شيء آخر. وأرى أن أياً منا لن يحتاج إلى أن يذهب بعيداً لكي يجد طفلاً بحاجة إليه.

ذكرت في بداية هذا الفصل جارتنا التي كانت تشكو من طفلها الوليد، واستكمالاً لهذه القصة فقد استعرنا- أنا وصديقتي- الطفل لبعض الوقت وجرينا به إلى مسكني كطفلين اختلسا قطعة من الحلوى ويريدان الاختفاء ليستمتعا بغنيمتهما لبعض الوقت، ثم حممناه وأرضعناه و(كرعناه)، وأرجحناه وهززناه وغنينا له واحتضناه ، وأخذنا نطلق النظريات عن حالة جهازه الهضمي بينما يحاول الطفل المسكين جاهدا أن تغفل عيناه، ثم جاء والده وأخذه بعد أن كنا نحن والطفل في حالة من الإعياء، ولكني لن أنسى أبداً الطريقة العذبة الرقيقة التي كانت صديقتي تتناول بها الطفل، ولانظرتها الحنون له، ولا انحناء جسدها في احتضانه- وأعرف أني لو كنت رأيتها مع أولادها في شبابنا ماكنت لأشعر بهذا الجمال لافتقادي وقتها إلى الحكمة والإدراك.

وأخيراً، فإن قبول الماضي والاستمتاع به يضفي ألوانا على الحاضر، أما الانشغال به والتعلق بأهدابه، فيسلب من المرء مجالات جديدة، وثمة فرق شاسع بين ذلك وبين الحنين الطبيعي البشري للماضي، فمن الطبيعي أن يشعر المرء بالإحباط لما فشل فيه، وبالذنب للأخطاء التي اقترفها، ولكن يجب أن نقبل أن الإنسان غير معصوم من الخطأ وأن نتحرك قدما. لقد فعلنا أفضل ماكان في وسعنا، فإذا سلمنا أنفسنا لليأس بالحياة التي عشناها، فسوف نسلب أنفسنا الحياة التي مازال لابد لنا أن نحياها.

الفصل التاسع

الوصية الأخيرة:

الإرادة

لاشك أن أكثر الجوانب إيلاما وصعوبة في منتصف العمر هو أن الشيخوخة والموت لم تعودا أفكاراً بعيدة مجردة؛ ففي الأربعين أو الخمسين ندرك هذه الحقيقة، ويعيش كل منا في هذا الخوف للحظات على الأقل من وقت إلى الآخر.

أشعر بهذا الخوف عندما أرى شيخاً مسناً يجلس على كرسي يحركه ابنه أو ابنته -في الانقلاب الأخير للأدوار- هذا الرجل الذي كان ذات يوم بكامل قوته واعتزازه بذاته يحمل ابنه أو ربما يجره في عربة للاطفال، يعتمد عليه الآن كلية، أن ما آراه ليس شخصاً حياً، بل ظلال انسان بلا كرامة ، بلا هدف، عبئا على نفسه وعلى كل من حوله. أشعر بالرعب من شبح أن أصير على هذه الصورة، مجرد كومة من البؤس عاجزة عن رعاية نفسى، وعن أن أعيش بكرامة واحترام للذات، مجرد طفل عقيم لاحاضر له إلا الألم وقلة الحيلة، وبالتأكيد لا مستقبل.

وأشد ما يؤلمني وأنا أنظر إلى وجوه المسنين الخالية من أي أمل أو رجاء وهم جالسون على أبواب دور الرعاية أن هؤلاء الرجال والنساء لم يعد لهم سلطان على حياتهم، وليس لديهم إرادة في وجودهم، وأرى فى ذلك منتهى فقد الانسان لكرامته وكيانه.

إن النظام الاجتماعي المتغير يُشعر المسنين أنهم بلا فائدة وأنه غير مرغوب فيهم. ومن الزيف الذي نحيا فيه اننا نعزل المسنين ونشعرهم اننا لانريدهم ولانحتاجهم، وفى نفس الوقت، وباسم التقدم الطبي، نعمل على إطالة اعمارهم إلى مابعد الحد الذي تكون الحياة فيه لها أى معني. اننا نهمل ونهدر جميع مصادرنا الطبيعية، بما فيها كبارنا. فنحن أمة تعبد الشباب، ومن لا يصيبه الرعب من الشيخوخة فى هذا المجتمع، فهو إنما لايفهم الوضع القائم حق فهم.

وبقدر ما أقر بقلقي ومخاوفي، فإني - بكل صدق- أدرك أنه ليس بالضرورة أن تكون الشيخوخة والموت على هذه الصورة، وأنه رغم كل مصاعب التقدم فى السن التى يمليها علينا المجتمع فما يزال هناك اختيار حر، وإرادة حرة فى اختيار السبل التى نتفاعل بها مع المشاكل التى تواجهنا.

ولقد ادركت ذلك من خلال عملي ومن خلال عمل زوجي كمعالج نفسي عمل مع المحتضرين من المرضي. ومن بين ما تعلمته من عملي أنه: أينما عومل المسنون كشخصيات ذات كيان، فإن حالتهم البدنية تتحسن، فعلي سبيل المثال عندما وجد المسنون مركزاً للتجمع والنقاش وتنمية الاهتمامات والأنشطة- بما فيها العمل السياسي للمطالبة برعاية اجتماعية أفضل- انخفضت الزيارات للعيادة بنسبة ٧٠ بالمائة.

وعندما رأت ممرضة انجليزية، عظيمة اسمها سيسلي ساندرز أن المرضى المحتضرين يعاملون معاملة غير إنسانية لاتراعي فيها خصوصيتهم، عادت إلى الدراسة وحصلت على الماجستير في العمل الاجتماعي، وبدأت العمل في مستشفى خاص بها تقوم على احترام الرغبات الخاصة للمرضى وإتاحة فرص الاختيار الذي يقوم على الارادة الحرة كراشدين ذوي كرامة واحترام للذات، بدأ كثير من مرضي الحالات المتأخرة في الشفاء إذ أنهم أرادوا العودة إلى الحياة.

ولقد وجدنا في مختلف الأشكال التى تعمل على رعاية المسنين أن من (نظن) أنهم فاقدو الأمل والرجاء كانوا متعطشين للمشاركة، ولديهم رغبة قوية في التمسك بالأمل واعادة اكتشاف ذاتهم، وكانوا قادرين على النمو والتغير وان يمسكوا بزمام حياتهم مرة أخرى– وهذا بغض النظر عن حالتهم البدنية.

وقد رأيت أن من يحسنون التكيف مع سنوات العمر الأخيرة ليسوا فقط هم من استمتعوا بحياتهم اكثر، بل أيضا من أحبوا أنفسهم بشكل أفضل.

كان اختيار زوجي لأن يعمل مع المحتضرين من المرضي مثار عجب من الأطباء والأخصائيين النفسيين، ويتضح من ذلك أن المعالج يتوقع– ربما دون وعى منه– أن جزاء جهده هو أن يعيش المريض لسنوات طويلة سعيدة بعد العلاج. ولقد وجدت من خلال عملى كيف يدب النشاط في حياة المسنين إذا ما اتيحت لهم سبلاً جديدة لتأكيد ذاتهم، وعموما فإن هذا المجال من العمل فى تزايد وانتشار.

وفي الحالات التى تم فيها الاستعانة بالمسنين في بعض الاعمال تحسنت حالتهم البدنية والذهنية في خلال فترة قصيرة، بل ومن الطريف أن بعضهم أكد أن هناك تحسناً في ذاكرته. إننا نزداد علماً كل يوم أنه ليس بالضرورة أن ترتبط الشيخوخة بالتدهور الذهني. ولقد استطاعت جامعة تتسم إدارتها بالخيال الخصب أن تتجنب خطر اغلاق أبوابها بسبب مشاكلها المالية عندما وجهت الدعوة إلى الأساتذة المعتزلين للعمل التطوعي بها، وقد كشفوا عن ثروة من الحكمة والخبرة حتى أن البرنامج استمر حتى بعد تجاوز الأزمة المالية، وفي مثال آخر تمت الاستفادة من رجال الأعمال المعتزلين في تقديم النصح والمشورة للمشاريع الصغيرة التى ترعاها الحكومة. إن الفرصة إذا ما اتيحت لكبار السن للاستفادة بعقولهم ونضجهم، فإنهم يأتون حاملين الرايات.

ومن أهم الاسباب التى تؤدى إلى التدهور الذهني والبدني السريع هو اعتزال الأدوار التى كانت تمنح المرء الهدف والسبب من وجوده، إن مسنين اليوم كانوا عادة يستمدون هويتهم من وظيفتهم وليس من كيانهم ذاته، كانوا يرون أن المرء هو وظيفته، فهو «فلان الطبيب» أو «فلان الجزار»، أسمع أحيانا أشياء مثل «وحيث انني لم أعد فلان الخياط، فإني لا شيء»، ومن الممكن أن تختلف خبرة جيلنا بالاعتزال والشيخوخة إذا ما عملنا على ألا نستمد هويتنا مما (نفعله) بل مما (نكونه)، ويمكننا تحقيق ذلك إذا آمنا وعملنا من أجله (الآن).

ومن الأدوار التى لم يعد يهتم بها المسنون كثيراً هو دور الجد، ويمكن تطوير هذا الدور عن طريق المحاضرات عن الطرق الحديثة في تربية الأطفال حتى لا يستمر شعورهم بأنه غير مرغوب فيهم من الأبناء والأحفاد. وقد نظمت زميلة لى ورشة عمل مسائية بإحدى المدارس اشترك فيها المسنون بصفتهم جدود وجدات لكل الأطفال، بعضهم يقص القصص على الأطفال، والبعض الآخر يعلمهم بعض الأعمال

الخشبية، وغيرهم يساعدونهم في فهم الدروس، وكانت النتائج رائعة، ووجد المسنون متعة ومعنى في الحاضر، وفي الاحتمالات التى تأتى مع كل يوم جديد، ولم يعد كل اهتمامهم منصبا على رهبة انهم مسنون.

ولا يشغل التفكير فى الموت جميع الكبار، بل وجد أن الانشغال به له علاقة بالخوف من انك لم تعش حياتك، وبالندم على عدم اكتشاف وتحقيق الذات.

وقد رأيت أن من يشغلهم الموت دوماً هم من كانت تملأهم أيضاً كراهية للذات وشعور بأن احلامهم لم تتحق، أما السعداء بما هم عليه، والقانعون بما حققوه في حياتهم فلا يعيرونه بالاً. فلابد أن ثمة علاقة ما بين الأمرين. أعرف امرأة تجاوزت المائة بعام ولا أجدها مهتمة أبداً بفكرة الموت ولكنها مهتمة بأنه لم يعد في امكانها التجول وحدها في أرجاء المدنية لتواصل نشاطها في الأعمال الخيرية التى تعمل بها. وأعرف رجلاً أصيب بأزمة قلبية منذ خمسة عشر عاما، وهو الآن لم يتجاوز السبعين ولكنه يعيش في رعب أن يكون كل نفس يتنفسه هو النفس الأخير، وأجد نفسي اتساءل: إذا كانت حياته لا تحتمل، فلماذا يري أن الموت فظيعاً؟

ويلعب كذلك الخوف من الوحدة دوراً كبيراً في الرهبة من الموت، فغالبية الناس يخشون ويتجنبون التحدث في موضوع الموت مع إنسان يحتضر ولكن المريض نفسه يكون تواقاً للتحدث عن مشاعره وتمنعه رقته من إجبار الأحياء على مواجهة موضوع يملأهم رعباً، وكل من شجعهم على التحدث يعرف ذلك، ولكننا نبرر لأنفسنا بأن المريض لايريد التحدث عنه، وهذا غير حقيقي، ففي الاحتضار وحده رهبية ويحتاج المحتضر لكلمات الوداع الرقيقة لا أن يقف الاقارب بجواره يتحدثون عن الانتخابات وكرة القدم رغم مالهذه الموضوعات من أهمية أيضاً. وأري أننا لو تعهدنا لأقاربنا المسنين بأننا لن نتركهم للوحدة وإذا تعهد لنا آبناؤنا بالمثل، فإن الرهبة من الموت قد تتناقص.

وهناك بالطبع الخوف من أن نصير كالأطفال الرضع لا حيلة لنا إلا الاعتماد الكامل على الآخرين، واري أن ما يمكننا عمله الآن ونحن مانزال نتمتع بالكفاءة العقلية– هو أن نوضح لأبنائنا تمام الوضوح ألا يعملوا على إطالة حياتنا دقيقة واحدة بعد اللحظة التي تتساوى فيها حياتنا مع الموت.

وعلاوة على تلك الحقائق فإننا يجب أن نتذكر ونحن نحاول أن نري ابعاد السنوات الأخيرة من عمرنا أنه في كثير من الأحيان لا يرتبط البؤس بالتقدم في السن بقدر ما يرتبط بالظروف السابقة التى عاشها المرء: الفشل القديم، والنديم القدم، والشعور القديم بقلة الأهمية، وأنواع العصاب المختلفة التي كانت موجودة طوال حياتنا، كلها تصل إلى أوجها مع التقدم في السن– ويمكننا تجنب هذا المشكل إلى حد كبير بما نفعله بحياتنا الآن ونحن مانزال بكامل تحكمنا في أنفسنا.

وفي بعض الحالات الاستثنائية استطاع البعض أن يحققوا في الكبر مالم يكن بوسعهم تحقيقه طوال سنوات عمرهم، مثل من كان يتوق إلى البحر ولكن ظروف عمله لم تمكنه حتى من الذهاب إليه، فشرع وهو فى الرابعة والسبعين في العمل بتأجير المراكب ويقضي أجمل فترة في حياته، ومثل السيدة التي توفي زوجها حديثا وكانت تشعر بخوف شديد من الوحدة خاصة وأنها اصيبت منذ عشرين عاما بالقلب، وبتشجيع من ابناءها وطبيبها وافقت على مضض على أن تفعل شيئاً لقتل الوقت وتحمّل الوحدة، فعملت

عارضة «الملابس الناضجين» لبعض الوقت، وموظفة استقبال في جمعية خيرية، ولدهشتها وجدت نفسها في حالة بدنية أفضل مما كانت عليها طوال الثلاثين عاما الماضية، وأصبحت تتطلع إلى كل يوم جديد بحماس وبهجة إذ وجدت أنها تشارك بإيجابية في العالم من حولها.

لقد عرفت من خلال عملي وعمل زوجي أن الشعور الشديد بالحزن في الشيخوخة يدل عادة على أن المرء كان له دائما مشاكل في جميع مراحل الحياة ولكن صعوبة التكيف تزداد في فترة الشيخوخة نظراً لما يواكبها من وهن ومصاعب.

يحكي فيلم فرنسي جميل ومؤثر اسمه «السيدة المسنة قليلة الحياء» عن سيدة قضت سبعين عاما من عمرها تفعل ما كان يجب لها أن تفعله: ترعى أسرتها. لم تتساءل يوما عما إذا كان هذا هو ما تريد أن تفعله بحياتها. وبعد وفاة زوجها. بدأت تخرج إلى العالم، تركب الحنطور، أو تتجول بالمحلات طوال اليوم، تجرأت على السير على الكورنيش وحدها ليلا، رفضت العيش مع أولادها الكبار الذين هالهم سلوكها ولم يستطيعوا اعادتها بالقوة إلى الخضوع المطيع الذي كانت عليه. صادقت بغي شابة ومجموعة من المثقفين اليساريين، واشترت سيارة بامكانياتها المتواضعة وانطلقت فى رحلة طويلة مع اصدقائها الجدد، وساعدت صانع أحذية شاب على شراء محل خاص به، كانت تأكل حين تجوع، وتنام حين تتعب، أصبحت تنظر وتسمع وتشم وتتذوق وتلمس في ابتهاج جديد بكل عجائب الحياة، حدثت ألفة خاصة بينها وبين حفيدها الشاب الذي كان يمر بصراع كبير فى محاولة أن ذاته. قضت «السيدة المسنة قليلة الحياء» ثمانية عشر شهرا مجيدة كانت فيها نفسها بكل العمق والصدق. وانطلاقا من ينابيع سعادتها الخاصة أصبحت قادرة على الاهتمام بالآخرين بعمق لم تعهده من قبل، وانطلاقا من احساسها بالتحقق الأخير تركت لحفيدها وهي على فراش الموت مجموعة من الصور الفوتوغرافية التي تعبر بتسلسل زمني عن هذه الفترة الأخيرة من حياتها كرسالة له بشأن حياته: أن يواصل الصراع الشجاع ليجد نفسه وأن هذه هي اهم مغامرة (فى أى سن).

واري انه من الضروري في منتصف العمر أن نجنب ابنائنا الإحساس بالذنب، هذا الإحساس الذي نشعر به تجاه أقاربنا المسنين وإذا لم يف هذا الكتاب بغير أن يشهد لابنتي أنني لا أريدها أن تشعر بالمسئولية أو الذنب لمشاكلي ومعاناتي في شيخوختي فيكفيني هذا، اني أوجه لها هذه الرسالة: «عزيزتي لاتلق بالاً! إن الطبيعة وحدها هي المسئولية عن فنائي».

ومن خلال معرفتي بالكبر، أرى ألا يعتزل المرء العمل الذي يحبه إلا عندما ما يستحيل عليه مواصلته، صحيح أن الشباب لابد أن يأخذ دوره بفكره الجديد، ولكن ترك الناس في الخواء في سن الخامسة والستين ليس بحل، وأري أنه يجب توفير القبول والدعم الاجتماعي لدراسة كل السبل التى تتيح للكبار أن يظلوا بالخدمة.

في بعض الأحيان يرفض الكبار التكيف مع الأساليب الجديدة فى مجال عملهم، ويثيرون عداء الشباب باحساسهم بالتفوق عليهم، وأري أن من يرفض التغير ولا يعيد تنظيم نفسه ليناسب الأوضاع الجديدة فأنه مقضي عليه بالفشل. ولكن عندما يكون المرء كارها لعمله ويشعر بالضجر تجاهه فإن الاعتزال المبكر من العمل يكون بمثابة الحرية التى كان يتوق إليها من أجل أن يبدأ بداية جديدة.

أعرف أرملة ترك لها زوجها مبلغا بسيطا من المال، وكان عليها أنّ تحيا حياة شديدة التواضع أملا في أن يكفيها هذا المبلغ باقي حياتها، ولكنها قامرت وافتتحت به محلاً لملابس الأطفال أدارته بذكاء مبهر فحقق نجاحا عظيماً.

وبمناسبة الحديث عن الاعتزال فإن من أهم التغيرات الجديدة إزاء الشيخوخة هو ماقدمه مؤخرا خبراء الجنس مثل كينسي وجونسون وماسترز الذين يؤكدون أنه يمكن للوظيفة الجنسية أن تستمر طالما يرى الفرد أن استمرارها شيء طبيعى وجميل، وأن كبح الجنس في السنوات الأخيرة إنما يرجع إلى التحريم الاجتماعي له والإحساس النفسي بالإثم.

ولا يوجد ما هو اكثر تدميرا لأنفسنا في الشيخوخة من أن نفكر طيلة الوقت في انفسنا. إن الحب ضرورى للحياة، والاهتمام بالآخرين شكل من أشكال الحب الذى يقودنا إلى تحقق جديد فى السنوات الأخيرة. قالت مسز ايرنست هيمنجواي ذات مرة «جميع صديقاتي قمن بعملية شد للوجه، ولكنها تكلف خمسة الاف دولار وأفضل أن أتبرع بها إلى الصدقة. كلما فكرت في أن أنفق على نفسي مثل هذا المبلغ بينما يمكنني أن أتبرع به إلى صندوق الدفاع أقول فلأستمر بنفس التجاعيد القديمة».

ومما يدعو للتفاؤل في السنوات القليلة الماضية أن الإحساس بالمواطنة قد استيقظ لدى بعض كبار السن وأدركوا أن الشيخوخة قد تكون أنسب الأوقات للتركيز على محاولة تحسين حياة جميع الأعمار فبدأوا يلعبون دوراً في عملية التغير الاجتماعي، وهذا يمنع تحويل الكبار إلى أطفال، فلا شيء يجعل الدماء تجري في العروق من جديد مثل الانشغال بقضية هامة. ففي دار لرعاية المسنين تم تعيين مديراً جديداً فرض قوانينا تعسفية ظالمة على النزلاء، فهبوا لمقاومته، وتعلق المشرفة الاجتماعية بالدار على ذلك قائلة: «إن هذا المدير السيء قد حول المكان إلى عالم جميل إذ كان النزلاء قبل مجيئه فاتري الهمة مشغولين بامراضهم راغبين عن محاولة أى جديد، لقد جعلهم هذا المدير يستشاطون غضباً حتى أنهم كونوا لجانا ونظموا إضراباً، لقد كان شيئا رائعا ، إنى لم أر أناساً على أبواب الموت تدب فيهم القوة بهذه السرعة»!

هناك صور عديدة للاستفادة من المصادر البشرية وليس إقصاءها، ولكن لحين تتبني الحكومة هذه المشاريع علينا كأفراد أن نعد أنفسنا للوقت الذى سيكون علينا فيه أن نتخذ قرارات هامة إزاء حياتنا.

يجب أن نعرف أنه لامعني للحياة بدون الحب وبدون العطاء، وأري اننا في أي مرحلة من العمر لابد سنجد من يحتاجنا مثلما نحتاجه، إني لن أنتظر حتى أصل إلى تلك المرحلة من العمر، بل سأعد من الآن قائمة طويلة بالأشياء التى يمكننى أن أعملها والتى أحب أن أعملها والتي ستجعلني أشعر بأن هناك من يحتاجني.

إن منتصف العمر هو الوقت المناسب للتخطيط للشيخوخة وأعرف بعض من بدأوا بالفعل يبحثون عن بيوت يقيمون فيها عند اعتزالهم أو بيوت الرعاية التي يفضلونها من حيث درجة الرعاية الطبية والقرب من المواصلات وعدد النزلاء الذي يوفر لهم الحياة الاجتماعية التى يفضلونها وبدأوا في دفع اشتراكات مالية مقابل «حجز لموعد لم يحدد بعد».

وأرى أنه من المنطقي ألا ينتقل الكبار من المكان الذي ينتمون إليه ويرتاحون فيه، إذ أن الانتقال من الاماكن التي تعودوا عليها وعلى جيرانهم واسواقهم ومنتزهاتهم فيها يكون تجربة شاقة تؤدي إلى شعورهم

بالوحدة. إن اجتثاث جذور الإنسان من حياة يحبها خطأ فظيع يستعمل فيه الابن شعوره بالذنب كسلاح ظالم ضد الرغبة الحقيقية للكبار. ويرجع ذلك في كثير من الأحيان إلى تدهور بعض الأحياء إلى درجة تجعلها غير آمنة على الكبار، لذا فالحل الوحيد الذي أراه هو أن نفعل المستحيل ونحن مانزال أصغر حتى ننقذ الأحياء والمدن لكي نستطيع أن نواصل حياتنا فيها ونحن كبار.

ومن ناحية أخري فإننا لو عملنا على تنمية حياتنا الداخلية من الآن، سيكون بوسعنا أن نعيش في أي مكان دون أن نشعر بالوحدة أو الضيق.

ويؤكد جميع خبراء الشيخوخة على أهمية تنمية الهوايات والاهتمام بالترويح حتى يمكن أن يحقق الانسان نفسه من خلالها بعد التوقف عن العمل وانتهاء الأعباء العائلية، والمشكلة أنه قد اصبح هناك الكثيرون الذين يقولون لنا ماذا (يجب) أن نفعل من أجل الاسيتمتاع حتي أن قضاء وقت الفراغ أصبح يؤخذ بنفس الجدية والتوتر اللذين يؤخذ بهما العمل.

وبهذه المناسبة فقد اشتريت لزوجي مؤخرا قارباً مطاطياً يملأ بالهواء يكفي بالكاد لشخصين، كنا نمر بتجارب غريبة كلما استخدمناه، أدركت أخيراً أن القارب «للهو» فجعلنا مثل الأطفال الذين لا يحتاجون إلى أي شيء معقد لكي يلعبوا، بل فقط خيالهم وإبداعهم وكل قدرتهم الطفولية على اللهو ، لقد اعادنا قاربنا فجأة إلى الزمن الذي كان اللهو فيه شيئا طبيعياً وليس شيئاً مرتباً ومقرراً، مكلفاً ومعقداً.

إن من ينشد الاسترخاء اليوم، فإنه (من المفروض) أن يريد أن يلعب الجولف، أو (من المفروض) أن يصطاد السمك، وقد يكون ما يريده فعلا هو أن يستلقي في شبكة بين شجرتين يشرب الشاي المثلج أو أن يشاهد البط البري وهو ينزلق إلى الماء بطريقته الكوميديه التي تخلو من الرشاقة– أو أن يصنع طوفاً ويبحر به فوق نهر المسيسبي مع رفيق. إننا نحتاج في هذا المرحلة من العمر أن ننمي القدرات الثرية التي كانت لدينا ذات يوم لأن نفعل ما يمنحنا السعادة في لحظة ما.

في أحد البنوك، علق موظف صوره لرجل مسن ممتلئ يرسم لوحة علي حامل وسط الطبيعة وكتب تحت الصورة «افعل شيئاً الآن حتى يمكنك ألا تفعل شيئا فيما بعد»، ورأى رسام هذه الصورة فعلق على ذلك قائلاً: « إنما الجلوس إلى مكتب في بنك لمراجعة الشيكات والرهونات هو فعل لاشيء»، والطريف هنا هو إننا يجب أن نتسائل من الذي يقرر ما هو «الشيء» وماهو «اللاشيء» في حياة الانسان؟ يجب على كل منا أن يبحث عن احتياجه الداخلي وسعادته الداخلية وألا يأبه كيف يري الآخرون ذلك. أذكر أنه في أحد المراكز الخاصة بكبار المواطنين جلس رجل لطيف في حوالي الثمانين من عمره يصنع لحفيدته كيساً جلديا للنقود وحكى كيف أنه كان يأمل منذ طفولته أن يعمل عملاً يدويا كالنجارة أو السباكة مثلاً، ولكن اسرته كانت تنظر إلى هذه المهن باستعلاء فعمل مدرساً للهندسة، ولكنه يستمتع الآن بهذا العمل كما لم يستمتع في حياته من قبل!

ومن أهم العوامل التي تؤثر على شكل الحياة فى الكبر هو مدى ادراك بل وايمان المسن بأن جميع مراحل الحياة تحمل في طياتها فرصاً للتنمية، وأن التحدي هو أن تقبل القصور الواقعي وتتحرك قدماً نحو الامكانيات الجديدة المتاحة، فيمكن مثلاً للممثل الذي كان جميلاً يافعاً أن يتعلم الإخراج السينمائي، ويمكن للسيدة التي لن تغادر الكرسي المتحرك أن تتعلم الإصغاء إلى الموسيقي أو تأمل الفراشات، أو أن

يقول رجل: «لم يكن لدي وقت للتفكير طوال حياتي، الآن سأفكر طول الوقت». إن الشيخوخة هي فترة التنمية الداخلية ، فترة التفكير والشعور والتأمل، وهي الفترة التي تصبح فيها اكثر وعياً .. إنها الفترة التي تدعو فيها نفسك إلى متع جديدة، والتي يجب فيها أن تستمتع بوحدتك لا أن تتحملها وحسب.

ولاشك أن الاهتمام بالمسنين يتزايد الآن نظرا لتزايد عدد الأصحاء الذين يمتعتون بالنشاط والحيوية ممن تجاوزوا الخامسة والستين أو السبعين، فكل الجامعات تقريباً تقدم برامج لمن يرغبون في مواصلة التعليم، وهناك مزيد من البرامج الجيدة للمعتزلين الراغبين في العمل التطوعي، وثمة شركات سياحية متخصصة في تنظيم رحلات لكبار السن، وهناك أيضا اشكال متنوعة من الجمعيات لمحدودي الدخل من المعتزلين.

ومن بين الجوانب الايجابية التي افادني فيها العلاج النفسي ولم اذكرها من قبل هو ازدياد تقديري لذاتي وقدرتي على التعبير عن نفسي بوسائل اكثر ابداعا عن ذي قبل وحبي لأن أكون مع نفسي، صرت أكثر نضجا عاطفيا، واصبح بامكاني أن أشعر بالأمان والطمأنينة في صحبة ذاتي، عرفت أن هناك شخصا حاضراً يمكنه العناية بي هو أنا، كان زوجي أسبق مني إلى إدراك ذلك، كان ينطلق في رحلاته فأقضي الأيام والليالي وحيدة بائسة أشعر بالأسف على حالي ..مهجورة ومرفوضة، ثم منذ حوالي خمسة سنوات شعرت إني على استعداد لأن أجرب ماذا يمكن أن يحدث إذا انطلقت (أنا)، ليس إلى مؤتمر علمي أو زيارة إلى صديقة، بل فقط لكي أكون وحدى، قضيت اسبوعا بمفردي على الشاطئ لم أر خلاله سوى أربعة أو خمسة أشخاص إذ كنا في أبريل، كانت الأيام الثلاثة الأولي أسوأ أيام حياتي، غرقت فيها في هاوية سحيقة من العدم، وتوقفت عن الشعور بوجودي، ولكن بمرور الوقت اكتشفت أني كنت أتواصل مع ذاتي، وأبحث عما عساه أن يمنحني السعادة، بدأت أنظر وأصغي بوعي لم أعهده من قبل؛ حتي أنني حين أعود إلى نفس المكان أشعر بعلاقة مكثفة لا أشعر بها في أي مكان آخر، لقد كنت في هذه الفترات أنمي رفيقي الداخلي، وبدأت أتعلم الدرس الذي نحتاج جميعا أن نتعلمه وهو أن كل منا دائماً وأبداً وحيد داخل جلده مهما كان قريبا من الآخرين، وإن الإنسان يولد وحيدا ويموت وحيداً، والشيء الأساسي الذي نحتاجه لمواجهة سنوات عمرنا الأخيرة هو أن نجد السعادة مع هذا الرفيق، وأرى اننا إذا ادركنا في منتصف العمر أن كل طرف من طرفي الزواج هو شخصية كاملة مستقلة بما يعني ذلك من أن يسعي كل طرف لأن يكون أفضل ما يمكنه، بلا قيود، فإنه بذلك سيكون معداً لأي عزلة أو انفصال تفرض عليه فيما بعد.

وأرى أنه من الإعداد الضروري للكبر هو ألا نترك الكثير الذي نندم عليه! لقد علمني زوجي أننا نادراً ما نندم على ما نفعله، ولكننا نندم على مالم نفعله، فإنك إن أخطأت، فليس عليك أن تندم، فقد تعلمت من الخطأ حتي وإن كان فيه إساءة إلى الاخرين فلابد أنه اضفي عليك مزيداً من الحساسية والحنان في علاقاتك.

في نصيحة من زوجي إلى قريبة شابة قال لها: «دائما جربي كل شيء مرتين» وقد وجدتها نصيحة تصلح لسني أيضا!

يجب علينا كلما تقدمنا في السن أن نعمل أكثر وأكثر على تحريك قوى الحياة داخلنا— إن القوة المحركة هي التي تصنع للمرء هويته الفريدة، هي الحيوية التي تجعل الحياة جديرة بأن تعاش. إني اتمني حتى النفس الأخير— أن أواصل محاولة تحديد (من أنا)، وأن أواصل الشعور بقدسية الحياة، وأن أجري وأصرخ طرباً بها حتي وأنا بين فكي الموت. أتمني أن تنتهي حياتي في وهيج من المجد، لا في نشيج باكى لعجوز

خرفة تتألم.

وأتمنى عندما تحين لحظة الموت أن أكون قد أفرغت كل ما في جعبتي، كل ما كان بداخلي، لا أريد أن أدخر شيئاً، أريد أن أستنفذ كل شيء من طاقتي وأفكاري وحبي، أريد أن أستعملها بالكامل قبل أن أموت، لن أعيش في خوف من الموت وأقول «فلأسترح اليوم ولأوفر طاقتي للغد»، لا ليس أنا!

في «تقرير إلى جريكو» كتب كازنزاكس يقول: «إن قمة طموحي هو ألا أترك للموت شيئاً -لاشيء إلا بضعة عظام». وأرى أن هذا هو الترياق الوحيد لمخاوفنا.



الفصل العاشر

اليوم هو أول أيام عمرنا القادم

هذه بداية اليوم الذي أنوي فيه أن أستكمل مهمة كتابة هذا الكتاب والذي استغرق قرابة العامين، وأنا الآن في الخمسين. الآن –آمل– أن يكون وقتا للراحة والتجدد– ولبداية أخري. إني شغوفة لأن اكتشف ماذا سأفعل بأيامي الآتية. لن أكون حقا في منتصف العمر كما أنا الآن. ماذا ياترى سيكون شعوري؟ لقد أدهشني أني لم أكتئب لبلوغي نصف القرن، فالحياة مازالت مثيرة ومليئة بالوعود! أشعر بذاتي بصدق كما لم أشعر من قبل. واصبح بإمكاني أن أعيش اللحظة الحاضرة دون انشغال بالماضي أو مطالب لحوح من المستقبل كل «هذه اللحظة» أصبحت نفيسة وقيّمة كما لم تكن من قبل، فعندما تعرف انها كل ما يمكنك الركون إليه، فلن تبددها أو تهملها وسيكون للحياة اشراقها الذي نادراً ما خبرته من قبل.

منذ فترة قصيرة كنت أقف في انتظار تغيّر اشارة المرور لكي أعبر الطريق، فإذا بسيارة اجرة تسير بسرعة مخيفة فتكاد تصدمني، ولكني نجوت بأعجوبة. تذكرت كيف أن هذه الفوضى التكنولوجية المرعبة التي نحيا فيها تجعل حياتنا واهية عرضة للخطر في أية لحظة. فكرت فيما لو أن السيارة صدمتني وقتلتني، ثم أدركت في وضوح وابتهاج أن هناك ما يكفي ويزيد من الأحياء لتعويض أي شخص يموت.

ومنذ حوالي خمس أو ست سنوات كنت عائدة بالطائرة من فلوريدا وحدث عطل بعجلاتها فأخذت تدور وتدور حوالي نصف الساعة حتي تمكنت أخيراً أن تهبط بنا بشكل ما. وما أذهلني في هذه التجربة هو رد فعلي، فقد كنت أظن أني في مثل تلك الظروف سأصاب بحالة هستيرية وسأكون أكثر الركاب جبناً، ولكن –لدهشتي– وجدت نفسي بدلاً من ذلك أسترجع حياتي وأرى كم عشت كثيراً وكم من الأشياء الجميلة مرت بي ووجدت أني قد فعلت تقريبا كل ما كنت أريد أن أفعله بحياتي. كان ذلك فور صدور كتابي الأول، فشعرت أني قد وجهت بالفعل «خطابي الشخصي إلى العالم» ووجدت أني لم أكن أتخيل أن أتزوج بغير زوجي– رغم أن علاقتنا لم تكن كقصص الروايات الرومانسية– وأني مررت بالتجربة التي لاحدود لمتعتها من مشاهدة ابنتي وهي تكبر، ورأيت كل الدلالات على أنها ستصبح شابة بديعة، ورأيت أني كنت محاطة بالحبِ في طِفولتي، وأنه على المستوى المهني أتيحت لي كل الفرص لكي أنشد نشيدي الخاص، ورأيت كم أحببت وأحببت.

وعندما هبطت بنا الطائرة كنت مذهولة لرد فعلي الذي لم يكن لي أبداً أن أتوقعه، فقد كنت دائماً شاكية صارخة، شرهة للمزيد، لا أقنع أبداً بما كان، إذ يبدو أن السماء قد منحتنى أكثر من نصيبي من «عدم الرضا»، ولكن كان لدهشتي و ابتهاجي أن اكتشفت أنه تحت هذا الدفع المتواصل من أجل مزيد من الحياة، ثمة بحيرة عميقة هادئة من الرضا.

ومنذ ذاك اليوم عرفت آمالا وأحلاما لم أعرفها من قبل، وعرفت سعادة وتحققاً يفوق ما كنت أظنه ممكناً، وعرفت أيضا أوقاتاً عديدة تمنيت فيها لو أن الطائرة كانت قد تحطمت حتي أتجنب عذابها . ولكني بشكل أساسي مازلت أشعر كما شعرت وقتها بأن الحياة كانت ومازالت رائعة، وأن كل ما يأتي بعد ذلك جميل.

هذه هي البداية التي سأنطلق منها في منتصف الحياة، لاندم، ولامرارة. ولكن هناك ماهو أبعد من ذلك، أريد أن أغامر وأن أخاطر، أريد أن أقامر بأية قدرات إبداعية أجدها داخلي، أن أتحدّى ذاتي وأجرب مجالات جديدة، وأن أغزو قارات مجهولة داخلي، لم يفت الوقت أبدا، وآمل أن شعوري الطيب إزاء الماضي سوف يمنحني الشجاعة لمواصلة سعيي «طلبا لسوء التوافق» ! لا أريد أن أستكين لأن أكون عادية، وأرى أن منتصف العمر– بعد كل ما قيل– هو أنسب الأوقات لذلك، فقد اكتسبت الحق في أن أكون غريبة!

كان زوجي دائما عوناً لي في هذا المضمار، فقد كان متقدماً في الغرابة بينما أنا أجتاز المراحل الأولى بصعوبة. كنت طيلة حياتي أولي اهتماما كبيرا برأي الآخرين ، وكنت أحاول إرضاءهم قبل إرضاء نفسي، وها أنذا أتعلم.

في الصيف قبل الماضي كنت وزوجي نتمشى في سنترال بارك في يوم حر قائظ زادت الرطوبة العالية من الإحساس بحرارته. مررنا بنافورةيلعب حولها الأطفال، كنا بكامل ملابسنا، شرع زوجي يخلع ساعته فحذاءه مشيراً علي أن أفعل مثله، ثم أمسك بيدي وسار بي في اتجاه النافورة، قلت كالمعتاد «وماذا سيقول الناس» ؟ ثم رأيت إنه من السخف أن أقلق لذلك، أخذنا نجري عند مركز النافورة حتي تبللنا تماما، وقد كان شيئا رائعاً! ولما وصلنا إلى بهو العمارة التي نقطن بها والماء يتساقط من ملابسنا نظر إلينا البعض كما لو أنهم علي وشك أن يستدعوا مستشفى المجانين. وأحب أن أنوه أنه إذا كان من بين منتصفي العمر أناس شجعان ينظمون رحلات مستقبلية إلى النافورة في يوم صيف حار، فإننا على أتم استعداد للانضمام إلى هذه الحركة.

وبهذه المناسبة فثمة موضوع آخر يهمني وهو حرية ارتداء الجوارب القصيرة والصندل إذ أرى الناس ينظرون في عجب إذا رأوا سيدة في منتصف العمر ترتدي جورباً قصيراً وصندلاً، وحيث إني أحب رياضة السير وأحتاجها فإني كل يوم أخوض هذه المعركة مع نفسي: هل أفعل ما يشعرني بالراحة ويجعل السير ممتعاً، أم أستسلم لما تمليه علينا (الموضة) . وأحب أن أنوه أنه إذا قامت سيدات منتصف العمر بتكوين منظمة تكرس جهودها لإعادة الشراب القصير إلى الموضة الأمريكية، فسوف أنضم إلى هذه الحركة أيضا، ولحين حدوث ذلك فسوف أواصل محاولة التغلب علي جبني، فإذا لم يكن باستطاعتك أن تبدو غريباً في منتصف العمر، فمتى إذن؟

إني أتناول موضوع الغرابة بفكاهة وإن كان له عندي معنى أعمق، فهو ينطوي على حقك في أن تكون مختلفاً وبالتالي مبدعاً، وقد رأيت ذات مرة ملصقاً عن الإبداع يقول:

«إن من يتبع الزحام لاينال عادة أبعد مما يناله الزحام، أما من يسير وحده، فمن المحتمل أن يجد نفسه في أماكن لم يصل إليها أحد من قبل. ولابد للإبداع من أن تواكبه المصاعب، لأن الغرابة تولد الازدراء، والمؤسف أنه عندما يدرك الناس إنك كنت على حق فإنهم يقولون إن الأمر كان واضحاً طوال

الوقت. أمامك اختياران في الحياة: إما أن تذوب داخل التيار الرئيسي، أو أن تكون متميزاً. ولكي تكون متميزاً لابد أن تكون مختلفاً، ولكي تكون مختلفاً يجب أن تكافح حتى تكون مالم يكنه قبلك أحد ...»

إن منتصف العمر هو الوقت الذي نبدأ فيه في إرضاء أنفسنا، وكلما أرضينا أنفسنا أكثر، كلما كنا أسعد، وكلما كنا أسعد كلما كنا أكثر لطفاً مع الاخرين. وقد حظيت هذه الفكرة البسيطة باهتمام العديد من علماء الاجتماع.

كان لعالمة الأنثروبولچيا اللامعة الراحلة روث بنيدكت Ruth Benedict نظرية عما أسمته «المجتمعات التآزرية» حيث لاحظت أنه في الحضارات التي تتسم بأنها مسالمة وبناءة والتي يعيش فيها الناس في رضا وتسير أمورهم سيراً حسناً يكون هناك دائما عنصر واضح محدد، أي فلسفة ما تكمن تحت كل سلوكيات أفراد المجتمع، فهم جميعا يؤمنون بأنهم عندما يفعلون مايرونه خيراً وصواباً لأنفسهم كأفراد فلابد أن يكون في ذلك الخير والصواب للجميع. وقد كتبت تقول: «وهكذا فإن المجتمعات التي يكون فيها البعد عن العدوان بادياً للعيان تشمل نظماً اجتماعية تتيح للفرد أن يراعي صالحه الشخصي وصالح الجماعة في آن واحد.» وهذه الفكرة هامة وعميقة للغاية إذ أن معظم مآسي الحياة الحديثة تنبع من عدم الرضا، فعندما لانشعر بالتحقق كأشخاص فإننا نحاول أن نمزق بعضنا البعض. ولكن عندما يخرج الرسام ما في قلبه في لوحاته، وعندما ينشد الشاعر نشيده، وعندما يصنع الطاهي أحسن فطائره، وعندما ترعى الأم الطفل الذي كانت تتوق إليه، وعندما يحب المحبون، فلن يرغب أحد في إيذاء غيره، بل على العكس تماما، إن من يستخدم مواهبه الخاصة الفريدة في الحياة فإنه يتمنى أن تتاح نفس الفرصة لكل إنسان آخر.

إني – من باب اليقظة في منتصف العمر– أكرر على نفسي سؤالاً كل حوالي ستة شهور: ماذا يمكنني أن أفعل إذا علمت أنه ليس أمامي إلا ستة شهور فقط أحياها» ؟ فإذا لم تكن إجابتي هي «أود أن أستمر فيما أفعله الآن»، أعرف أني في مشكلة. إنه الوقت المناسب لي لكي أعيش فيه حياتي (الآن)، لا انتظاراً لما قد يأتي به الغد.

ولكن الأمر أعقد كثيراً من ذلك، إذ من الضروري أن نتنازل عن بعض المباهج القديمة التي إذا تعلقنا بها سندفع ثمناً لهذا التعلق، فعلى سبيل المثال لايمكنني أن أتمسك بدور الأم بنفس الدرجة التي كنت أعيشها عندما كانت ابنتي في الثالثة أو السابعة أو الحادية عشر، ولكن يمكنني أن أكتشف وأعيش الأمومة كصحبة عميقة لشابة أحبها، وأن آمل في احتمالية أن أصير جدة، وعلى سبيل المثال أيضاً فإني أقر بأني أشعر أحياناً بحنين مؤلم لحرارة الوقوع في الحب مثل الفتاة الشابة، ولكني أعود وأذكّر نفسي بشكل واع بمعجزات الحب العميقة التي حملت معها ثمانية وعشرين عاما من النمو والتغير والعمق.

في بعض الأحيان يكون التنازل عن الأشياء الثانوية أشق علي من التنازل عن الأشياء الأساسية، فأنا الآن أحاول جاهدة أن أتنازل عن السباحة في المياه الباردة التي أصبحت فوق احتمالي، وأذكر كيف كنت وأنا طفلة أقضي طيلة اليوم في المياه، ولكني أحاول أن أذكر أنني في هذه السن لم يكن لدي شيء آخر، لم أكن قد قرأت أي كتاب هام، ولم أكن قد عرفت الحب أو عملت بعمل أستمتع به، ولم اكن قد استمعت إلى مخزون العالم من الموسيقى العظيمة، لم أكن بالفعل أكثر من ذلك، وأدرك في أعماقي أني أفضل ما أنا عليه الآن حتى وإن كنت لا أستطيع السباحة في المياه الباردة.

وبعض الأشياء نتنازل عنها دون أن تخالجنا المشاعر المتناقضة مثل حفلات العشاء التي أقمنا وحضرنا الكثير منها ونحن في الثلاثينيات من عمرنا. وأتعجب حين أتذكر الأيام التي كنا نقضيها في التنافس على من تصنع أفضل كاري هندي أو الكوش لورين. ولكننا اكتشفنا في منتصف العمر أننا لن نحيا إلى الأبد وأن الوقت محدود، فبدأنا نختار بعناية كيف نقضيه، إنك في الأربعينيات تبدأ في الاقتصاد، وتصبح أكثر دقة في اختيار الأصدقاء، وتكتشف فجأة وأنت تسعى لأن يكون لحياتك معني أكبر أن تجربتك مع عدد أقل من الأصدقاء المختارين تكون أكثر ثراء مما كانت عليه عندما كنت كالفراشة كثير التنقل بين الأصدقاء.

وبالإضافة إلى التنازل عن بعض المباهج، أعتقد أن أهم مفتاح لمنتصف عمر سعيد هو الوثوق بالنفس، لذا، فقد ركزت طوال صفحات هذا الكتاب على مهمة التنمية– الفرصة التي أمامك والتي يجب أن تستفيد منها في منتصف الحياة– أن تكتشف من أنت وماذا تريد أن تكون، وكلما عرفنا حقيقة ذاتنا أكثر كلما سارت بنا الحياة علي نحو أفضل، وزادت ثقتنا في مداركنا ورغباتنا وأحاسيسنا وصرنا أكثر شجاعة على مواجهة الحياة بقلب مفتوح دون الحاجة لأن تسير الحياة وفق برامج محددة.

والوثوق بالنفس يعني أيضا أن نتحمل مسئولية حياتنا فلا أحد غيرنا مسئول عما نفعله بها، وكلما أدركنا ذلك مبكراً، كلما كنا أكثر انطلاقاً نحن ومن نحبهم أيضا، وعلى سبيل المثال فمنذ حوالي أربعة أعوام رأيت أنني إذا لم أجد مكانا ألجأ إليه بعيدا عن المدينة فلن يمكنني الاستمرار في الحياة، فاشتريت كوخاً علي شاطئ البحر، ولم يكن زوجي وابنتي راغبين في شيء من هذا القبيل، ومنذ أسابيع قليلة وجدت نفسي– بعد أن قضيت عشرة أيام وحدي– أشكر لهما عبر التليفون وأقول «سأبيع هذا المنزل الملعون، فمن الجنون أن أروح وأجيء فيه بمفردي». شعرت ابنتي بالندم الشديد فخجلت من نفسي (فأنا) التي أردت أن أقضي (وقتي) على الشاطئ، لم يمنعني أحد– ولم يعترض أحد علي قراري– رغم أنه كان قراراً متهوراً ومكلفاً وكان عبئا ماليا علينا. ولكني نفذته، ويجب أن أدرك أنه في اللحظة التي أعتبر فيها أ ن أي شخص آخر مسئول عن إسعادي فإني في مشكلة كبيرة مع نفسي. إن هذا هو الوقت الذي لابد أن أتقبل فيه عبء الوثوق في احتياجاتي الخاصة.

أعرف سيدة كانت تعاني معاناة كبيرة إذ كانت حياتها في اضطراب وكانت تكابد آلام احتمال إنهاء زواجها الذي كان ذا قيمة كبيرة بالنسبة لها، وقد اكتشفت أيضا أنها تحب شخصا غير زوجها، قالت: «إن الألم الذي أعيشه يفوق الوصف، ولكن حتى في هذه اللحظة أشعر أن شيئا هاما وجوهرياً يحدث لي، (أصبحت حاضرة في حياتي) وهذا أفضل كثيراً من ألا أشعر بشيء». وأرى أن هذا يمثل عنصرا هاما في صراعنا مع منتصف العمر، أن نسعى لأن نكون دائما حاضرين في حياتنا الخاصة مهما كان الألم الذي سنكابده وأن نحدس وجودنا في الحياة تماما الحدس.

والحضور في هذه اللحظة من الوجود لا يعني ألا نشعر بالمستقبل. أذكر أنه ذات مرة سئل عالم أبحاث عما سيفعله عندما ينتهي العمل بالمشروع الذي يعمل به الآن ويحقق المراد منه، فابتسم قائلا: «هناك دائما طاحونة أخرى»، فلكي تتذوق اللحظة بكل أبعادها، لابد أن يكون لديك إيمان راسخ بإمكان حدوث لحظات مستقبلية تماثلها ثراء– عالم من اللحظات المستقبلية التي تحمل معها العديد من الطواحين.

في السيرة الذاتية للكاتبة الروائية والمسرحية الإنجليزية إنيد باجنولد(Enid Bagnold) (التي كتبت أحدث مسرحياتها في الخامسة والسبعين) كتبت تقول: «سأواصل الكشف عن– دهشة الحياة»، وأرى أن

ذلك يشمل الإحساس بالحاضر والمستقبل معاً لأنك لكي «تستمر في الكشف» ، ولكي تتذوق الدهشة يجب أن تكون في الحاضر والمستقبل في آن واحد.

وانطلاقا من هذا التواصل، فأين أنا في هذه اللحظة؟ إن اليوم هو بداية مابقي من حياتي! إني على وشك أن أشعر بالهدوء العميق لإتمام عملي، وفي نفس الوقت أفكر في الطاحونة القادمة. هل آن أوان أن أحاول الكتابة الروائية، وماذا ياترى ستجلب علي مغامرتي القادمة من سعادات الانتصار وعذابات الخوف، إني أنتظر على أحر من الجمر.



❖❖❖

صدر في هذه السلسلة

